

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE,) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej + 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g (MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g (MLE,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 80 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej + 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR,) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g (MLE,) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 200 g (MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (MLE, SEL,) Sos pomidorowy + 50 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)
		Wartość energetyczna: 2457.97 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 89.62 g; Kw. tł. nasy.: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; W tym cukry: 76.51 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 2364.62 kcal; Białko ogółem: 76.39 g; Tłuszcz: 84.03 g; Kw. tł. nasy.: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; W tym cukry: 75.44 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2483.79 kcal; Białko ogółem: 112.89 g; Tłuszcz: 95.84 g; Kw. tł. nasy.: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 307.21 g; W tym cukry: 38.22 g; Błonnik pok.: 45.71 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2421.06 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 86.51 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; W tym cukry: 78.55 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2583.99 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 96.09 g; Kw. tł. nasy.: 44.31 g; Węglowodany ogółem: 333.82 g; W tym cukry: 76.74 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 1954.08 kcal; Białko ogółem: 72.28 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 248.87 g; W tym cukry: 29.84 g; Błonnik pok.: 41.61 g; Sól: 8.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-10 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.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<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.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 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 pszenka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<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.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<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.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Melon 150 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Melon 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Melon 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Buraki tarte na ciepło + 100 g Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka Coleslaw + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2.</u>) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew mini gotowana + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 200 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Poledwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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 ziamisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenka długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek ziamisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<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 ziamisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenka długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek ziamisty 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 ziamisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<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 ziamisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u>)						
	Wartość energetyczna: 2254.53 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 328.56 g; W tym cukry: 84.91 g; Błonnik pok.: 38.47 g; Sól: 14.80 g;	Wartość energetyczna: 2258.52 kcal; Białko ogółem: 115.81 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 320.42 g; W tym cukry: 85.70 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 15.58 g;	Wartość energetyczna: 2169.42 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; W tym cukry: 70.54 g; Błonnik pok.: 38.62 g; Sól: 15.15 g;	Wartość energetyczna: 2358.27 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 56.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 362.50 g; W tym cukry: 106.00 g; Błonnik pok.: 28.26 g; Sól: 14.70 g;	Wartość energetyczna: 2330.22 kcal; Białko ogółem: 120.47 g; Tłuszcz: 60.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 340.89 g; W tym cukry: 95.82 g; Błonnik pok.: 35.24 g; Sól: 15.23 g;	Wartość energetyczna: 1937.24 kcal; Białko ogółem: 112.68 g; Tłuszcz: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 264.30 g; W tym cukry: 54.33 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sól: 13.23 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-11 środa	Śniadanie	Jagłanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix salat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jagłanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Mix salat 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix salat 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) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jagłanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix salat 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) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Arbuz 150 g		Arbuz 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Arbuz 150 g	
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Surówka z młodej kapusty + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z młodej kapusty + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pieczarkowy + 80 g (MLE)	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Surówka z młodej kapusty + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym + 200 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sos pieczarkowy + 80 g (MLE) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z młodej kapusty + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)		Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz z dorsza + 100 g (RYB, SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ)	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2514.82 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 85.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 366.01 g; W tym cukry: 81.44 g; Błonnik pok.: 39.46 g; Sól: 10.84 g;	Wartość energetyczna: 2238.73 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 345.97 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2500.90 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 84.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 351.78 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 47.37 g; Sól: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2214.92 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 323.41 g; W tym cukry: 79.85 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2668.72 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 399.57 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 44.57 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 1989.25 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 276.79 g; W tym cukry: 48.18 g; Błonnik pok.: 38.77 g; Sól: 11.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-12 czwartek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze szczypiorkiem + 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek + 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze szczypiorkiem + 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek + 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze szczypiorkiem + 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze szczypiorkiem + 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Winogrona 100 g	Banan 1szt. 1 szt	Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE.)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE.) Orzechy włoskie łuskane 20 g (ORZ.)		Maślanka 150 ml (MLE.) Orzechy włoskie łuskane 20 g (ORZ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE.) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE.) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g (MLE.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)					
		Wartość energetyczna: 2413.39 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 373.97 g; W tym cukry: 118.70 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sól: 12.37 g;	Wartość energetyczna: 2351.30 kcal; Białko ogółem: 82.88 g; Tłuszcz: 52.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 398.34 g; W tym cukry: 135.04 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2084.86 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 283.17 g; W tym cukry: 68.05 g; Błonnik pok.: 42.31 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2142.69 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 338.91 g; W tym cukry: 114.60 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 11.13 g;	Wartość energetyczna: 2723.74 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 77.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 413.14 g; W tym cukry: 148.63 g; Błonnik pok.: 37.87 g; Sól: 12.61 g;	Wartość energetyczna: 1754.80 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 243.95 g; W tym cukry: 52.05 g; Błonnik pok.: 37.94 g; Sól: 10.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-13 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE.)	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE.)	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE.)	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE.)	Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morskczuka 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.)	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.)	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morskczuka 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 170 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z morskczuka + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sałata zielona z jogurtem + 100 g (MLE.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL.)
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g (JAJ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g (JAJ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z pomidorów b/s i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g (JAJ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2411.76 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 330.90 g; W tym cukry: 75.21 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 10.27 g;	Wartość energetyczna: 2323.86 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 75.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 310.98 g; W tym cukry: 86.54 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2248.80 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 82.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 279.85 g; W tym cukry: 55.44 g; Błonnik pok.: 37.38 g; Sól: 12.38 g;	Wartość energetyczna: 2213.27 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; W tym cukry: 77.52 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2568.84 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 84.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 348.08 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 1853.15 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 229.79 g; W tym cukry: 36.03 g; Błonnik pok.: 32.35 g; Sól: 10.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-14 sobota	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Marchew gotowana + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 200 ml (<u>SOJ, SEL,</u>) Grzanki pszenne + 10 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ,</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na sypko (brązowy) 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,</u>)					
		Wartość energetyczna: 2182.68 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; W tym cukry: 106.49 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2139.66 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 343.64 g; W tym cukry: 105.84 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2178.92 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 323.73 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2217.72 kcal; Białko ogółem: 84.07 g; Tłuszcz: 47.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; Węglowodany ogółem: 376.42 g; W tym cukry: 135.30 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2331.88 kcal; Białko ogółem: 91.28 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 365.85 g; W tym cukry: 119.23 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 1751.11 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 261.37 g; W tym cukry: 50.84 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 6.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Mix салат 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g 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	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Colesław + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Dynia na parze + 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa (ryż brązowy) + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Surówka Colesław + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Dynia na parze + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL.) Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka Colesław + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa (ryż brązowy) + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 100 g (MLE.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100 g (MLE.) Salatka z pomidorów bez skórki i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 100 g (MLE.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem + 100 g (MLE.) Salatka z pomidorów bez skórki i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 100 g (MLE.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 100 g (MLE.) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2618.77 kcal; Białko ogółem: 109.66 g; Tłuszcz: 87.51 g; Kw. tł. nasy.: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 359.79 g; W tym cukry: 105.14 g; Błonnik pok.: 52.55 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 2801.23 kcal; Białko ogółem: 113.30 g; Tłuszcz: 87.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 403.44 g; W tym cukry: 102.98 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2446.84 kcal; Białko ogółem: 118.13 g; Tłuszcz: 88.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 310.76 g; W tym cukry: 59.80 g; Błonnik pok.: 46.94 g; Sól: 11.50 g;	Wartość energetyczna: 2860.48 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 410.18 g; W tym cukry: 83.92 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 2802.67 kcal; Białko ogółem: 127.30 g; Tłuszcz: 92.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 375.18 g; W tym cukry: 105.14 g; Błonnik pok.: 55.52 g; Sól: 11.60 g;	Wartość energetyczna: 1989.55 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 248.93 g; W tym cukry: 47.89 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sól: 9.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, 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>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</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	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, 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>)	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN	Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR,</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
Obiad	Żurek z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kasza gryczana 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kasza gryczana 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Marchew gotowana + 100 g Kukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ,</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek ziamisty 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-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 ziamisty 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 ziamisty 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-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ,</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy 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 ziamisty naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2612.19 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 109.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 302.74 g; W tym cukry: 81.73 g; Błonnik pok.: 31.80 g; Sól: 13.98 g;	Wartość energetyczna: 2271.11 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2578.82 kcal; Białko ogółem: 123.73 g; Tłuszcz: 95.47 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 324.31 g; W tym cukry: 52.41 g; Błonnik pok.: 42.72 g; Sól: 13.98 g;	Wartość energetyczna: 2358.51 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 347.69 g; W tym cukry: 106.26 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2791.71 kcal; Białko ogółem: 124.87 g; Tłuszcz: 116.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.06 g; Węglowodany ogółem: 324.76 g; W tym cukry: 95.42 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 14.90 g;	Wartość energetyczna: 1912.11 kcal; Białko ogółem: 94.85 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 238.24 g; W tym cukry: 30.17 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 10.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-17 wtorek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Arbuz 150 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g	Arbuz 150 g
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa grysikowa z ziemniakami + 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Sznajak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny dieta + 80 g (<u>SOJ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna + 170 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Mizeria + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Salatka z pęczaku,ciociorki,ogórka i papryki 150 g (<u>GLU PSZ,</u>)	
	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 makreli wędzonej + 80 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 80 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkimw wody wędzona parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 80 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2427.21 kcal; Białko ogółem: 90.26 g; Tłuszcz: 91.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 324.69 g; W tym cukry: 83.05 g; Błonnik pok.: 35.65 g; Sól: 12.06 g;	Wartość energetyczna: 2253.69 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 325.20 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2416.91 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 93.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 306.28 g; W tym cukry: 56.57 g; Błonnik pok.: 43.84 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2249.27 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; W tym cukry: 69.55 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2715.21 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 100.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 362.40 g; W tym cukry: 91.64 g; Błonnik pok.: 43.39 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 1893.60 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 263.94 g; W tym cukry: 53.97 g; Błonnik pok.: 38.40 g; Sól: 8.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-18 środa	Śniadanie	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem + 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta twarogowa z zieloną pietruszką + 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem + 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW, GLU PSZ) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta twarogowa z zieloną pietruszką + 50 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorkiem + 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW, GLU PSZ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku + 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt		
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL) Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Seler gotowany + 100 g (SEL) Dynia na parze + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Kalaflor gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 200 g (MLE, SEL) Ryż na sypko 150 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kalaflor gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (MLE, SEL) Sos brokułowy- dieta + 80 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Slupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE)	Slupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 60 g Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2491.48 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 396.68 g; W tym cukry: 121.89 g; Błonnik pok.: 42.50 g; Sól: 11.32 g;	Wartość energetyczna: 2475.38 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 398.60 g; W tym cukry: 124.13 g; Błonnik pok.: 34.73 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2131.30 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 301.56 g; W tym cukry: 55.02 g; Błonnik pok.: 46.96 g; Sól: 12.81 g;	Wartość energetyczna: 2538.23 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 414.11 g; W tym cukry: 115.01 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2558.56 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 405.91 g; W tym cukry: 128.27 g; Błonnik pok.: 44.75 g; Sól: 11.58 g;	Wartość energetyczna: 1925.27 kcal; Białko ogółem: 76.63 g; Tłuszcz: 59.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 286.83 g; W tym cukry: 67.66 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 10.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-19 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 50 g Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 50 g Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (<u>MLE,</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 200 ml (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL,</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>)		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2029.73 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.04 g; Węglowodany ogółem: 317.77 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 11.89 g;	Wartość energetyczna: 2098.07 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 57.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 319.54 g; W tym cukry: 67.99 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 11.63 g;	Wartość energetyczna: 1922.79 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; Węglowodany ogółem: 278.25 g; W tym cukry: 44.46 g; Błonnik pok.: 42.12 g; Sól: 11.79 g;	Wartość energetyczna: 2108.07 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 320.24 g; W tym cukry: 68.59 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2123.13 kcal; Białko ogółem: 82.88 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 331.75 g; W tym cukry: 75.14 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sól: 12.12 g;	Wartość energetyczna: 1657.99 kcal; Białko ogółem: 69.90 g; Tłuszcz: 47.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 249.37 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 36.66 g; Sól: 10.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-20 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek + 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Ryż na mleku 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek + 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek + 50 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 1 szt		Kefir 2% tł 150 ml (MLE,) Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (MLE,) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g (GLU PSZ,) Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL,) Fasolka szparagowa zielona + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa + 300 g (SOJ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 50 g (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g (RYB,) Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa + 350 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g (RYB,) Morszczuk na parze 100g + 100 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE, SEL,) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa + 170 g (SOJ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 30 g (GLU PSZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g (RYB,) Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej 100g + 100 g (RYB,) Sos chrzanowy + 80 g (MLE, SO2,) Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)					
		Wartość energetyczna: 2014.84 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 56.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; W tym cukry: 79.79 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2047.94 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 301.81 g; W tym cukry: 78.91 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2000.22 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 280.36 g; W tym cukry: 67.54 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2199.59 kcal; Białko ogółem: 115.54 g; Tłuszcz: 54.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g; W tym cukry: 100.20 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2160.49 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 321.52 g; W tym cukry: 95.50 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 1603.63 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 47.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 224.49 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sól: 8.33 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-21 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus paprykowy + 60 g (SEZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix салат 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa szczawiowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Seler gotowany + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (MLE.) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (MLE.) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2202.78 kcal; Białko ogółem: 85.90 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 338.43 g; W tym cukry: 89.02 g; Błonnik pok.: 43.45 g; Sól: 12.51 g;	Wartość energetyczna: 2209.56 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 352.16 g; W tym cukry: 95.02 g; Błonnik pok.: 36.66 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 2190.84 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 312.95 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 49.04 g; Sól: 13.77 g;	Wartość energetyczna: 2219.54 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; W tym cukry: 88.52 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2346.78 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; W tym cukry: 89.02 g; Błonnik pok.: 43.45 g; Sól: 14.78 g;	Wartość energetyczna: 1811.39 kcal; Białko ogółem: 76.59 g; Tłuszcz: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 282.93 g; W tym cukry: 48.19 g; Błonnik pok.: 43.60 g; Sól: 10.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-06-09 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-06-22 niedziela	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 70 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u>) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Klopsik z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Salatka z brokułu, pomidora i jogurtem + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)		Salatka z brokułu, pomidora i jogurtem + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2550.40 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 97.26 g; Kw. tł. nasy.: 39.89 g; Węglowodany ogółem: 342.43 g; W tym cukry: 76.16 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 12.47 g;	Wartość energetyczna: 2481.64 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 357.09 g; W tym cukry: 73.20 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 2135.88 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 293.39 g; W tym cukry: 50.38 g; Błonnik pok.: 46.76 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 2386.79 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; W tym cukry: 67.33 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 12.39 g;	Wartość energetyczna: 2812.31 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 106.95 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 79.71 g; Błonnik pok.: 41.02 g; Sól: 14.48 g;	Wartość energetyczna: 1845.55 kcal; Białko ogółem: 84.40 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 242.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Błonnik pok.: 39.20 g; Sól: 10.34 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,