

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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
2025-02-03 poniedziałek	Sniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Buraki gotowane słupki + 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU, PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU, PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU, PSZ.) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 80 g (SOJ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU, PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Kukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU, PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Mus z prażonych jabłek i dyni + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, MLE, SEL.) Makaron 150 g (GLU, PSZ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Mus z prażonych jabłek i dyni + 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.)	
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.)	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt		Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2282.86 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 335.14 g; W tym cukry: 100.51 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2352.76 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; W tym cukry: 102.51 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2369.33 kcal; Białko ogółem: 121.73 g; Tłuszcz: 81.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 295.10 g; W tym cukry: 40.66 g; Błonnik pok.: 42.95 g; Sól: 11.05 g;	Wartość energetyczna: 2326.30 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 350.22 g; W tym cukry: 97.76 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2408.87 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; W tym cukry: 100.73 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 1929.48 kcal; Białko ogółem: 76.66 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 266.87 g; W tym cukry: 54.12 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 7.38 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-04 wtorek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z białek z koperkiem + 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Piers gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II SN	Melón 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melón 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Melón 150 g	
2025-02-04 wtorek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 100 g (MLE.) Brokuł gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
2025-02-04 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z fasoli z cebulką + 100 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z fasoli z cebulką + 100 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Salatka z pomidora i salaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z fasoli z cebulką + 100 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z fasoli z cebulką + 80 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.)				
		Wartość energetyczna: 2375.17 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g; W tym cukry: 91.32 g; Błonnik pok.: 40.52 g; Sól: 12.25 g;	Wartość energetyczna: 2276.64 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 330.63 g; W tym cukry: 89.98 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 11.83 g;	Wartość energetyczna: 2244.66 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; W tym cukry: 77.19 g; Błonnik pok.: 44.81 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2261.69 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 353.05 g; W tym cukry: 108.35 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 11.53 g;	Wartość energetyczna: 2453.63 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 369.60 g; W tym cukry: 106.68 g; Błonnik pok.: 41.12 g; Sól: 11.36 g;	Wartość energetyczna: 1961.34 kcal; Białko ogółem: 79.16 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; Węglowodany ogółem: 286.51 g; W tym cukry: 62.60 g; Błonnik pok.: 40.93 g; Sól: 9.10 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (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) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Sałatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wędzona, wędzona, parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL) Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałatka z makaronem pelnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Szpinak baby z dressingiem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Szynka na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Gulasz wieprzowy z warzywami + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)			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) Twarożek makowy + 100 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) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek makowy + 100 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g 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) Twarożek makowy + 100 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) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2732.17 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 112.39 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 345.22 g; W tym cukry: 74.76 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 11.06 g;	Wartość energetyczna: 2459.79 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 358.75 g; W tym cukry: 78.71 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2720.44 kcal; Białko ogółem: 111.11 g; Tłuszcz: 111.90 g; Kw. tł. nasy.: 39.39 g; Węglowodany ogółem: 328.31 g; W tym cukry: 53.44 g; Błonnik pok.: 46.85 g; Sól: 13.57 g;	Wartość energetyczna: 2269.99 kcal; Białko ogółem: 93.47 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 334.45 g; W tym cukry: 77.88 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sól: 10.76 g;	Wartość energetyczna: 2866.07 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 110.47 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 379.78 g; W tym cukry: 87.95 g; Błonnik pok.: 40.59 g; Sól: 11.78 g;	Wartość energetyczna: 2056.78 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; Węglowodany ogółem: 251.74 g; W tym cukry: 38.61 g; Błonnik pok.: 32.85 g; Sól: 12.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-06 czwartek	Sniadanie	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II SN	Winogrona 100 g	Banan 1szt. 1 szt	pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE)	Banan 1szt. 1 szt	pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE)
Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Marchew mini gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany w glazurze miodowej + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Sałatka szwedzka + 100 g (GOR) Kalafor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Maślanka 150 ml (MLE) Orzechy włoskie luskane 20 g (ORZ)		Maślanka 150 ml (MLE) Orzechy włoskie luskane 20 g (ORZ)		
Kolejca	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) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 100 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) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 100 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) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 100 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) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 100 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) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 100 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) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy z serem białym - dieta + 100 g (MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)					
	Wartość energetyczna: 2351.36 kcal; Białko ogółem: 94.74 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 354.88 g; W tym cukry: 83.62 g; Błonnik pok.: 31.15 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2543.14 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 397.39 g; W tym cukry: 104.69 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2316.86 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 309.92 g; W tym cukry: 54.79 g; Błonnik pok.: 40.84 g; Sól: 10.47 g;	Wartość energetyczna: 2407.01 kcal; Białko ogółem: 95.36 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; Węglowodany ogółem: 397.61 g; W tym cukry: 105.73 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2661.71 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 394.05 g; W tym cukry: 113.55 g; Błonnik pok.: 34.28 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 2044.65 kcal; Białko ogółem: 93.18 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 286.15 g; W tym cukry: 40.41 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sól: 9.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-07 piątek	Sniadanie	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 wędzony 30 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser wędzony 30 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR .) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Ser wędzony 30 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 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) Twarożek + 50 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR .) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g (MLE)	Jabłko 150 g
Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z dorsza + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku + 100 g (SEL) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (MLE, SO2) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z dorsza + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku + 100 g (SEL) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z dorsza + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku + 100 g (SEL) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (MLE, SO2) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z dorsza + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku + 100 g (SEL) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 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 Pulpet z dorsza + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku + 100 g (SEL) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (MLE, SO2) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 200 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z dorsza + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku + 100 g (SEL) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (MLE, SO2) 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)	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)	
Kolejca	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 soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR .) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL .) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR .) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR .) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL .) 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) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR .) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (MLE) Sałata zielona 20 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR .) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Pieczynko chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ .)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Pieczynko chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ .)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2279.92 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 335.89 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 12.63 g;	Wartość energetyczna: 2147.94 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 323.34 g; W tym cukry: 96.53 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2101.62 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 284.98 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 40.29 g; Sól: 14.95 g;	Wartość energetyczna: 2034.04 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 45.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; W tym cukry: 89.45 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2436.99 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 353.07 g; W tym cukry: 84.72 g; Błonnik pok.: 36.68 g; Sól: 13.06 g;	Wartość energetyczna: 1639.19 kcal; Białko ogółem: 82.06 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 233.35 g; W tym cukry: 40.59 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 12.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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
2025-02-08 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 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) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 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) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (SEL) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II SN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kefir 2% tł 150 ml (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt
2025-02-08 sobota	Obiad	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Marchew gotowana + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z dyni + 200 ml (SOJ, SEL) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ) Podudzie z kurczaka pieczone paprykowe + 240 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ)
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
2025-02-08 sobota	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) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ)				
		Wartość energetyczna: 2529.27 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 350.58 g; W tym cukry: 82.68 g; Błonnik pok.: 36.15 g; Sól: 13.13 g;	Wartość energetyczna: 2253.24 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 63.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 350.50 g; W tym cukry: 80.94 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 12.54 g;	Wartość energetyczna: 2458.13 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; Tłuszcz: 94.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; W tym cukry: 72.27 g; Błonnik pok.: 37.77 g; Sól: 11.81 g;	Wartość energetyczna: 2347.33 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 383.22 g; W tym cukry: 109.08 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 12.17 g;	Wartość energetyczna: 2678.47 kcal; Białko ogółem: 89.34 g; Tłuszcz: 86.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 376.17 g; W tym cukry: 101.57 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 13.31 g;	Wartość energetyczna: 2183.16 kcal; Białko ogółem: 103.54 g; Tłuszcz: 88.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 251.93 g; W tym cukry: 49.79 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 10.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka śledziowa z pomidorami suszonymi i żurawiną + 150 g (<u>RYB, MLE, GOR.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL., może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix салат 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL., może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Salatka z ryżem, szynką oraz pieczonymi burakami i marchewką (dieta) + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL., może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR.</u>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-02-09 niedziela	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki pieczone z ziołami + 200 g Kolej z kurczaka nadziewany serem + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Sok warzynno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Kolej z kurczaka nadziewany serem + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 200 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Ciasto z owocami 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PN	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2468.39 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 340.10 g; W tym cukry: 110.62 g; Błonnik pok.: 36.01 g; Sól: 12.15 g;	Wartość energetyczna: 2663.44 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 74.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 412.33 g; W tym cukry: 107.81 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sól: 12.48 g;	Wartość energetyczna: 2418.06 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 81.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 327.04 g; W tym cukry: 52.29 g; Błonnik pok.: 53.44 g; Sól: 11.72 g;	Wartość energetyczna: 2414.07 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 380.13 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 11.94 g;	Wartość energetyczna: 2660.70 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 380.42 g; W tym cukry: 107.75 g; Błonnik pok.: 40.47 g; Sól: 11.81 g;	Wartość energetyczna: 1922.82 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 274.48 g; W tym cukry: 43.35 g; Błonnik pok.: 40.87 g; Sól: 13.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-10 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzebiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzebiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na warzywie jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzebiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzebiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na warzywie jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Sałata strzebiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II ŚN	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
2025-02-10 poniedziałek	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Rolaadka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pietruszkowy + 100 g (SOJ, MLE.) Dynia pieczona + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Rolaadka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pietruszkowy + 100 g (SOJ, MLE.) Dynia pieczona + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 200 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Gulasz z ciecierzycą, pieczarkami, papryką i cukinią + 200 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
2025-02-10 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Frankfurterki 80 g (SOJ.) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek ziarnisty 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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Frankfurterki 80 g (SOJ.) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g (MLE) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		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.)
	Wartość energetyczna: 2409.58 kcal; Białko ogółem: 81.03 g; Tłuszcz: 83.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 341.61 g; W tym cukry: 74.25 g; Błonnik pok.: 46.65 g; Sól: 13.02 g;	Wartość energetyczna: 2439.80 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; W tym cukry: 72.75 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2248.10 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 353.63 g; W tym cukry: 53.43 g; Błonnik pok.: 47.69 g; Sól: 12.79 g;	Wartość energetyczna: 2458.62 kcal; Białko ogółem: 90.00 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 363.86 g; W tym cukry: 98.66 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2510.49 kcal; Białko ogółem: 86.80 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 360.15 g; W tym cukry: 87.15 g; Błonnik pok.: 46.67 g; Sól: 13.63 g;	Wartość energetyczna: 1705.17 kcal; Białko ogółem: 66.13 g; Tłuszcz: 51.17 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 260.03 g; W tym cukry: 30.36 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sól: 9.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL) Pomidor ki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 50 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g (GLU PSZ, RYB, MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (MLE) Pomarańcza 1 szt. 1 szt
2025-02-11 wtorek	Obiad	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL) Ser mozzarella 10g (MLE) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL) Ser mozzarella 10g (MLE) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos własny dieta + 80 g (SOJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 350 ml (SOJ, SEL) Ser mozzarella 10g (MLE) Kotlet wieprzowy mielony + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z pomidorów + 200 ml (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet wieprzowy + 100 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sałatka z pęczaku,ciociorki ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ)
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztecik wieprzowy z żurawiną + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE) Kiełki rzodkiewki 5 g 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) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasztecik wieprzowy z żurawiną + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z natką pietruszki + 100 g (MLE) Kiełki rzodkiewki 5 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	BN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2520.40 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 92.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 328.05 g; W tym cukry: 91.27 g; Błonnik pok.: 39.45 g; Sól: 12.16 g;	Wartość energetyczna: 2325.57 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; W tym cukry: 91.35 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 11.61 g;	Wartość energetyczna: 2267.83 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 76.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 294.32 g; W tym cukry: 52.69 g; Błonnik pok.: 44.73 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 2302.96 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 328.82 g; W tym cukry: 85.37 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 11.43 g;	Wartość energetyczna: 2808.40 kcal; Białko ogółem: 119.20 g; Tłuszcz: 101.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 365.76 g; W tym cukry: 99.86 g; Błonnik pok.: 47.19 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 1912.45 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 258.27 g; W tym cukry: 47.33 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sól: 10.03 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-12 środa	Śniadanie	Owsianka z jabkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor 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 jabkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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.) Miód (25g) 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g 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 jabkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 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 Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	
2025-02-12 środa	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos dyniowy + 80 g (MLE.) Cukinia gotowana + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Sos dyniowy + 80 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 200 ml (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JECZ.) Filet z kurczaka pieczony w posypce curry dieta + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD	Slupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-ziolowy + 30 g (MLE.)	Slupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-ziolowy + 30 g (MLE.)	Slupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-ziolowy + 30 g (MLE.)		
2025-02-12 środa	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (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.) Ser mozzarella 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-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 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.) Twaróg półtłusty 80 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-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 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-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 80 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	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2467.52 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz: 72.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 367.16 g; W tym cukry: 123.33 g; Błonnik pok.: 40.60 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2514.94 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 373.27 g; W tym cukry: 123.07 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2242.42 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 294.54 g; W tym cukry: 61.54 g; Błonnik pok.: 42.53 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2447.08 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 387.16 g; W tym cukry: 109.89 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2528.88 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 376.49 g; W tym cukry: 129.79 g; Błonnik pok.: 42.84 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 1832.32 kcal; Białko ogółem: 92.87 g; Tłuszcz: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 262.20 g; W tym cukry: 67.81 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 9.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną - 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną - 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną - 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną - 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną - 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Hummus paprykowy + 50 g (SEZ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną - 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	
2025-02-13 czwartek	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z rzepy, ogórka kiszzonego i rukoli + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g (GLU PSZ, SEL) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dynia na parze + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml (SOJ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Dynia na parze + 100 g Kalaflor gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW)		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml (MLE, GLU OW)	
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 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 warzywno-owocowy pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1879.21 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 288.21 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 32.21 g; Sól: 13.07 g;	Wartość energetyczna: 1917.26 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 11.24 g;	Wartość energetyczna: 2009.99 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 58.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; W tym cukry: 41.23 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 13.93 g;	Wartość energetyczna: 1975.91 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 52.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2254.27 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 334.79 g; W tym cukry: 70.83 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 14.17 g;	Wartość energetyczna: 1569.09 kcal; Białko ogółem: 78.20 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 228.33 g; W tym cukry: 33.68 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sól: 10.79 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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		
2025-02-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
		II SN	Mandarynka 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt	
		Obiad	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SO2.</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SO2.</u>) Surówka z kapusty czerwonej b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos chrzanowy + 80 g (<u>MLE, SO2.</u>) Cukinia gotowana + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Morszczuk na parze + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos koperkowy dieta + 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)							
	Wartość energetyczna: 2129.86 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; W tym cukry: 84.36 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sól: 10.60 g;	Wartość energetyczna: 2156.51 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 305.35 g; W tym cukry: 81.36 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sól: 10.82 g;	Wartość energetyczna: 2049.65 kcal; Białko ogółem: 105.20 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 282.72 g; W tym cukry: 70.63 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 2063.10 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 41.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 330.37 g; W tym cukry: 104.16 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2129.21 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 326.00 g; W tym cukry: 99.71 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sól: 10.25 g;	Wartość energetyczna: 1705.08 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 226.29 g; W tym cukry: 46.91 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 8.91 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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				
2025-02-15 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt			
		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			
2025-02-15 sobota	Obiad	Zupa krem z selera + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kociółek z kurczaka meksykański + 180 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Potrawka z kurczaka + 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kociółek z kurczaka meksykański + 180 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 100 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 200 ml (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Kasza gryczana 150 g Potrawka z kurczaka + 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml			
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
2025-02-15 sobota	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g (MLE, GOR, S02.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			
		PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wartość energetyczna: 2228.13 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; W tym cukry: 90.63 g; Błonnik pok.: 41.75 g; Sól: 13.88 g;	Wartość energetyczna: 2233.02 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 326.83 g; W tym cukry: 84.60 g; Błonnik pok.: 36.05 g; Sól: 12.87 g;	Wartość energetyczna: 2337.40 kcal; Białko ogółem: 104.50 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 321.89 g; W tym cukry: 48.83 g; Błonnik pok.: 49.98 g; Sól: 16.60 g;	Wartość energetyczna: 2242.29 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; W tym cukry: 85.09 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 12.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-16 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 150 g (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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 a'la caprese + 150 g (MLE.) Sałatka a'la caprese dieta + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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 a'la caprese dieta + 150 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 150 g (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Sałatka a'la caprese + 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
		II SN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Cukinia gotowana + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 350 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 200 ml (SOJ, SEL.) Kluski śląskie + 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Szynka pieczona w plasterach + 100 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g		Sałatka z kalafiora, oliwy i koperku + 100 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) 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.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	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 warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2919.61 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 123.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.82 g; Węglowodany ogółem: 356.73 g; W tym cukry: 76.09 g; Błonnik pok.: 36.22 g; Sól: 15.37 g;	Wartość energetyczna: 2649.83 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 88.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 360.34 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 13.83 g;	Wartość energetyczna: 2449.29 kcal; Białko ogółem: 115.11 g; Tłuszcz: 93.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 303.30 g; W tym cukry: 44.11 g; Błonnik pok.: 45.43 g; Sól: 15.38 g;	Wartość energetyczna: 2558.93 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 69.13 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 13.66 g;	Wartość energetyczna: 3190.59 kcal; Białko ogółem: 120.39 g; Tłuszcz: 134.05 g; Kw. tł. nasy.: 47.69 g; Węglowodany ogółem: 390.82 g; W tym cukry: 78.89 g; Błonnik pok.: 42.03 g; Sól: 17.32 g;	Wartość energetyczna: 1934.64 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 234.32 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 11.32 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
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,