

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna		
2024-03-04 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 90 g (MLE.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Ćwikła z jabłkiem b/c () 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 90 g (MLE.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Ćwikła z jabłkiem b/c () 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 90 g (MLE.) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiewka szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 90 g (MLE.) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem pelnoziarnym* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi z pomarańczami, rodzynekami i z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Brokułowa z ryżem pelnoziarnym* 200 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 100 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 100 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 100 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 100 g (RYB, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 100 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i tuńczyka 100 g (RYB, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2060.76 kcal; Białko ogółem: 82.40 g; Tłuszcz: 56.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 318.29 g; W tym cukry: 77.07 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2089.39 kcal; Białko ogółem: 82.19 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 324.23 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2090.02 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; W tym cukry: 50.00 g; Błonnik pok.: 45.14 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2106.53 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 56.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; W tym cukry: 80.81 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 5.42 g;	Wartość energetyczna: 2176.06 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; W tym cukry: 76.68 g; Błonnik pok.: 39.55 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1716.30 kcal; Białko ogółem: 75.57 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 253.29 g; W tym cukry: 39.91 g; Błonnik pok.: 40.65 g; Sól: 5.31 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata 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) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana 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 extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Salata 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) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana 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 extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 2 szt		Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g	Banan 1szt. 1 szt	Smoothie (jabłko, szpinak) 200 g
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos cebulowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ) Sos cebulowy 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL) Cytryna 20 g Kielki 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 extra 82% 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* - dieta 150 g (SEL) Cytryna 20 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 extra 82% 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL) Cytryna 20 g Kielki 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 extra 82% 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* - dieta 150 g (SEL) 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 extra 82% 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (SEL) Cytryna 20 g Kielki 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 extra 82% 10 g (MLE) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (SEL) Cytryna 20 g Kielki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z paszтетem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, paszтет 25g, salata 5g). 1 szt (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)	Kanapka z twarożkiem i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z twarożkiem i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z paszтетem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, paszтет 25g, salata 5g). 1 szt (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-05 wtorek		Wartość energetyczna: 2384.18 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 325.75 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 35.69 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2414.05 kcal; Białko ogółem: 110.66 g; Tłuszcz: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 346.13 g; W tym cukry: 66.11 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2228.87 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 313.88 g; W tym cukry: 36.19 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2529.29 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 366.88 g; W tym cukry: 86.65 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2430.18 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 336.30 g; W tym cukry: 60.04 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 1833.47 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 249.71 g; W tym cukry: 20.18 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sól: 4.83 g;
	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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki jaglane 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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 g (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
2024-03-06 środa	Obiad	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Buraczki gotowane drobno tarte. b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (MLE.) Surówka z marchwi b/c 100 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte. 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Buraczki gotowane drobno tarte. 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Buraczki gotowane drobno tarte. b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 200 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym *) 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*) 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*) b/cukru 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*) 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym *) 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*) b/cukru 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-06 środa	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Kanapka z szynką wieprzową i ogórkiem konserwowym (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, ogórek konserwowy15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, GLU ŻYT.</u>)	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Kanapka z szynką wieprzową i ogórkiem konserwowym (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, ogórek konserwowy15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, GLU ŻYT.</u>)
		Wartość energetyczna: 2154.51 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 335.90 g; W tym cukry: 89.81 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2072.25 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 41.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2175.31 kcal; Białko ogółem: 106.18 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 318.63 g; W tym cukry: 59.86 g; Błonnik pok.: 40.89 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2050.43 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 40.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 335.66 g; W tym cukry: 88.17 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2285.61 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 356.83 g; W tym cukry: 103.57 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 1747.42 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 253.81 g; W tym cukry: 37.43 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 8.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-03-07 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórk 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Winogrona 100 g		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g (MLE.)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE. SEL.) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE. SEL.) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE. SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ryz na sypko 200 g Leczo z drobiem-dieta * 200 g Seler z pietruszka gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE. SEL.) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 200 g (JAJ.) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE. SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE.)			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ. MLE. SEL. GOR.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE. SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ. MLE. SEL. GOR.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE. SEL.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ. MLE. SEL. GOR.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ. MLE. SEL. GOR.) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb mieszany 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU ŻYT.)	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. SOJ. MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2424.09 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 340.62 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2338.88 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 68.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 347.75 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2274.15 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 83.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 300.64 g; W tym cukry: 40.40 g; Błonnik pok.: 42.04 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2311.09 kcal; Białko ogółem: 91.46 g; Tłuszcz: 51.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 390.33 g; W tym cukry: 97.84 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2626.16 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 380.77 g; W tym cukry: 103.75 g; Błonnik pok.: 39.78 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 1935.06 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 255.39 g; W tym cukry: 29.66 g; Błonnik pok.: 36.79 g; Sól: 6.90 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-08 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem b/cukru 50 g (JAJ, MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 80 g (JAJ, MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Pomarańcza 250g 1 szt		Pomarańcza 250g 1 szt Słupki z warzyw () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt Słupki z warzyw () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.)	Pomarańcza 250g 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sałatka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Szciniak pieczony z olejem* 100 g Szciniak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Łosoś pieczony 80 g (RYB.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Ogórek kiszony 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Pomidoriki koktajlowe 90 g Rukola 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z serem żółtym i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GOR.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Pieczewo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2287.19 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 339.00 g; W tym cukry: 80.83 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2133.19 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 313.31 g; W tym cukry: 80.02 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2295.35 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 82.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; W tym cukry: 56.47 g; Błonnik pok.: 39.69 g; Sól: 9.25 g;	Wartość energetyczna: 2102.64 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 21.15 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 2533.40 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 358.96 g; W tym cukry: 87.46 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 1797.00 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 250.31 g; W tym cukry: 41.91 g; Błonnik pok.: 35.04 g; Sól: 8.15 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-09 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 extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 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 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor 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 extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 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 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Surówka 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 extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 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 razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE), Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	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	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 180 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy - dieta 180 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 180 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 350 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy - dieta 180 g (GLU PSZ.) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków z olejem b/jabłka 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 180 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE), Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 20 g (GOR.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g 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 extra 82% 10 g (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 extra 82% 10 g (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 extra 82% 10 g (MLE), Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 20 g (GOR.) 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 extra 82% 10 g (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 sojowy 250ml 1 szt (SOJ.)		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.)		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2508.58 kcal; Białko ogółem: 114.05 g; Tłuszcz: 78.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 326.16 g; W tym cukry: 73.81 g; Błonnik pok.: 32.04 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2127.23 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 314.60 g; W tym cukry: 74.95 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2452.20 kcal; Białko ogółem: 123.28 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 334.49 g; W tym cukry: 38.05 g; Błonnik pok.: 44.23 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2290.96 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 346.90 g; W tym cukry: 105.87 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2799.34 kcal; Białko ogółem: 129.71 g; Tłuszcz: 90.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 358.85 g; W tym cukry: 82.49 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 1877.60 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 258.17 g; W tym cukry: 28.10 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 8.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-10 niedziela	Śniadanie	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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 400 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchewka mini z sezamem + 100 g (SEZ.) Kalafor gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 400 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kalafor gotowany* 100 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Surówka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 100 g (MLE.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

2024-03-10 niedziela

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
Wartość energetyczna: 2557.24 kcal; Białko ogółem: 142.28 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 320.84 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2795.22 kcal; Białko ogółem: 152.35 g; Tłuszcz: 84.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 369.23 g; W tym cukry: 88.08 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2567.08 kcal; Białko ogółem: 162.11 g; Tłuszcz: 91.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.51 g; Węglowodany ogółem: 291.93 g; W tym cukry: 44.27 g; Błonnik pok.: 40.92 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2643.96 kcal; Białko ogółem: 146.02 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; W tym cukry: 72.26 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2741.14 kcal; Białko ogółem: 159.92 g; Tłuszcz: 89.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 336.23 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 35.98 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 1741.07 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 57.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 231.38 g; W tym cukry: 35.92 g; Błonnik pok.: 34.99 g; Sól: 7.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna		
2024-03-11 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	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 extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g Salatka z pomidorów i koperku 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR)	Banan 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g	
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* b/c 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* b/c 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g (SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (SEL) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ)	Kanapka z jajkiem i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Kanapka z jajkiem i salata (chleb pszenno 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ)	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2611.07 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 100.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 340.81 g; W tym cukry: 82.35 g; Błonnik pok.: 47.08 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2490.37 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 389.58 g; W tym cukry: 109.29 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2318.13 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 358.45 g; W tym cukry: 59.45 g; Błonnik pok.: 44.33 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2390.73 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 60.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 383.31 g; W tym cukry: 102.98 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2685.27 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 100.42 g; Kw. tł. nasy.: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; W tym cukry: 95.09 g; Błonnik pok.: 47.10 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 1773.68 kcal; Białko ogółem: 69.02 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 266.70 g; W tym cukry: 36.41 g; Błonnik pok.: 37.21 g; Sól: 5.24 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-03-12 wtorek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	II ŚN	Mandarynka 2 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Mandarynka 2 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany w sezamie 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany w sezamie 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym* dieta 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Salatka z peęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)		Salatka z peęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Salatka caprese. 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Salatka caprese. 80 g (MLE.) Salata 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 extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Salatka caprese. 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 60 g Salatka caprese. b/skórki 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Salatka caprese. 80 g (MLE.) Salata 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 extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Salatka caprese. 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2313.68 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 68.49 g; Błonnik pok.: 36.19 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2077.01 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 55.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 310.20 g; W tym cukry: 66.46 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2169.63 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; Węglowodany ogółem: 314.21 g; W tym cukry: 48.80 g; Błonnik pok.: 48.94 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2077.68 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 87.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 305.36 g; W tym cukry: 62.28 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2564.68 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 87.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 356.62 g; W tym cukry: 76.93 g; Błonnik pok.: 43.93 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 1798.74 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 252.79 g; W tym cukry: 39.07 g; Błonnik pok.: 39.29 g; Sól: 5.88 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-03-13 środa	Śniadanie	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym. 250 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (MLE) 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 z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) 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 JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym. 250 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (MLE) 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 z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE) 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 250g 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SO2) Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SO2) Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE) Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Słupki z marchewki i ogórka () 100 g Hummus 30 g (SEZ.)		Słupki z marchewki i ogórka () 100 g Hummus 30 g (SEZ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka () 70 g (RYB, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 70 g (RYB, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka () 70 g (RYB, 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 extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka () 70 g (RYB, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka z ryżu brązowego i tuńczyka () 70 g (RYB, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ)		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ)		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-13 środa		Wartość energetyczna: 2461.70 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 116.79 g; Błonnik pok.: 39.60 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2411.83 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; Węglowodany ogółem: 381.08 g; W tym cukry: 112.77 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2342.67 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 71.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; W tym cukry: 54.46 g; Błonnik pok.: 45.01 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2426.21 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 378.35 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2629.72 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 397.74 g; W tym cukry: 121.93 g; Błonnik pok.: 43.39 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 1834.46 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 263.67 g; W tym cukry: 41.05 g; Błonnik pok.: 37.96 g; Sól: 6.33 g;
	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 80 g (MLE.) Mix салат 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 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 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Salatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 80 g (MLE.) Mix салат 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 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2024-03-14 czwartek	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.)			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 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 extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 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 extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (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 Rozszponka 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 extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 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 extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-14 czwartek	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2095.50 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 316.01 g; W tym cukry: 61.07 g; Błonnik pok.: 32.45 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2005.94 kcal; Białko ogółem: 80.18 g; Tłuszcz: 48.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 319.31 g; W tym cukry: 69.02 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2213.71 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 318.56 g; W tym cukry: 42.43 g; Błonnik pok.: 46.44 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2015.21 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 319.84 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2434.37 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; Węglowodany ogółem: 355.52 g; W tym cukry: 69.21 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sól: 9.77 g;	Wartość energetyczna: 1742.18 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 50.48 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 254.06 g; W tym cukry: 32.94 g; Błonnik pok.: 39.32 g; Sól: 7.06 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna		
2024-03-15 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 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	Kiwi 1 szt 1 szt
		Obiad	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i orzechów. 100 g (MLE, ORZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (RYB.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (RYB.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i orzechów. 100 g (MLE, ORZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (RYB.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku* (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i orzechów. 100 g (MLE, ORZ, SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny* 200 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i orzechów. 100 g (MLE, ORZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (JAJ, MLE.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2264.22 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 317.46 g; W tym cukry: 64.01 g; Błonnik pok.: 35.60 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2224.72 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 347.86 g; W tym cukry: 94.55 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2040.71 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 282.14 g; W tym cukry: 62.72 g; Błonnik pok.: 39.61 g; Sól: 7.13 g;	Wartość energetyczna: 2265.45 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; W tym cukry: 90.71 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2409.87 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 342.05 g; W tym cukry: 79.72 g; Błonnik pok.: 36.22 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 1684.11 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 221.95 g; W tym cukry: 38.59 g; Błonnik pok.: 36.79 g; Sól: 6.35 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-16 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 50 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 50 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 50 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 50 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 50 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JEJCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 50 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt		Pomarańcza 250g 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Pomarańcza 250g 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa 180 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa 180 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (SEL.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi b/c 100 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo wieprzową 150 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo wieprzową 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2210.19 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 332.83 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 36.65 g; Sól: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2170.21 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 359.90 g; W tym cukry: 76.21 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 4.90 g;	Wartość energetyczna: 2218.04 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 61.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 340.78 g; W tym cukry: 44.92 g; Błonnik pok.: 49.40 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2267.29 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 51.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 378.86 g; W tym cukry: 93.09 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sól: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 2318.19 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 36.65 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 1821.61 kcal; Białko ogółem: 73.30 g; Tłuszcz: 51.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 282.29 g; W tym cukry: 42.58 g; Błonnik pok.: 43.82 g; Sól: 6.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-03-17 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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 extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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 extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Salata 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-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 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-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kukinia pieczona z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Pomidorowa z makaronem* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Pomidorowa z makaronem* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Salatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku 100 g		Salatka z brokuła, kalafiora, oleju i koperku 100 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 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 extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA BISKUPIEC

2024-03-17 niedziela

BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Wartość energetyczna: 2427.10 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 348.69 g; W tym cukry: 74.07 g; Błonnik pok.: 34.56 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2308.48 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; W tym cukry: 71.88 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2139.71 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 299.25 g; W tym cukry: 48.93 g; Błonnik pok.: 43.99 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2307.54 kcal; Białko ogółem: 95.66 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 334.09 g; W tym cukry: 65.44 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2700.35 kcal; Białko ogółem: 110.08 g; Tłuszcz: 88.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 382.73 g; W tym cukry: 76.76 g; Błonnik pok.: 40.51 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 1734.78 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 51.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 237.33 g; W tym cukry: 44.05 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sól: 6.39 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,