

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Arbuz 150 g		Arbuz 150 g Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Arbuz 150 g Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Arbuz 150 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Kalafior 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Tofu 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-10 poniedziałek	PN	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2295.38 kcal; Białko ogółem: 88.72 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 345.90 g; W tym cukry: 92.79 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2077.89 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 339.19 g; W tym cukry: 94.66 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2292.66 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 352.69 g; W tym cukry: 56.11 g; Błonnik pok.: 52.39 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2103.57 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz: 49.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 350.56 g; W tym cukry: 102.95 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2552.78 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 385.93 g; W tym cukry: 93.05 g; Błonnik pok.: 42.54 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 1836.15 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 282.69 g; W tym cukry: 47.33 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 6.33 g;
2024-06-11 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszena 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszena 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszena 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszena 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łopatką wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łopatką wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem pełnoziarnistym* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łopatką wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łopatką wieprzowa gotowana mielona 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łopatką wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem pełnoziarnistym* 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łopatką wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC**

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-11 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Śląska wieprzowa z cebulką 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <b>GOR.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Cebulka 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <b>GOR.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2299.92 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 85.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.04 g; Węglowodany ogółem: 300.77 g; W tym cukry: 69.35 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2141.04 kcal; Białko ogółem: 98.71 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 290.58 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2004.81 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 276.82 g; W tym cukry: 50.17 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2154.21 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 295.70 g; W tym cukry: 68.67 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2495.07 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 91.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 322.81 g; W tym cukry: 78.91 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 1763.64 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 52.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 246.80 g; W tym cukry: 39.60 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 6.97 g;
2024-06-12 środa	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona z olejem 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona z olejem 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pudding z nasion chia z mussem truskawkowym b/c 150 g ( <b>MLE.</b> )			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Pudding z nasion chia z mussem truskawkowym b/c 150 g ( <b>MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2024-06-12 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Selcer z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
2024-06-12 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB. SOJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB. SOJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB. SOJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB. SOJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB. SOJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb graham 40g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb graham 40g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb graham 40g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb graham 40g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2277.83 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 319.79 g; W tym cukry: 63.95 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2209.38 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2176.27 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 82.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 287.04 g; W tym cukry: 35.56 g; Błonnik pok.: 38.81 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2131.70 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 60.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 325.04 g; W tym cukry: 69.49 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2337.23 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 330.68 g; W tym cukry: 63.95 g; Błonnik pok.: 35.03 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 1930.50 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz: 78.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 245.55 g; W tym cukry: 27.37 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 6.22 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwa strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	II ŚN	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
Obiad	PD	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt
		Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
Kolacja	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z kurzej półki 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z kurzej półki 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-13 czwartek		Wartość energetyczna: 2493.56 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 75.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; W tym cukry: 78.35 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 11.16 g;	Wartość energetyczna: 2359.95 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 355.94 g; W tym cukry: 83.58 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2352.06 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 335.25 g; W tym cukry: 36.82 g; Błonnik pok.: 41.30 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 2265.72 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 328.97 g; W tym cukry: 71.81 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2795.30 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 415.55 g; W tym cukry: 78.35 g; Błonnik pok.: 42.17 g; Sól: 11.63 g;	Wartość energetyczna: 1792.06 kcal; Białko ogółem: 83.99 g; Tłuszcz: 55.00 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; Węglowodany ogółem: 256.79 g; W tym cukry: 47.31 g; Błonnik pok.: 35.69 g; Sól: 8.50 g;
2024-06-14 piątek		Śniadanie					
II ŚN		Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Hej 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Hej 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Hej 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Hej 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Hej 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Hej 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN		Banan 1szt. 1 szt		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	
Obiad		Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Łosoś pieczony 80 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC**

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-14 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt	Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2541.70 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 84.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 362.42 g; W tym cukry: 113.39 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2505.37 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Tłuszcz: 77.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 361.61 g; W tym cukry: 111.56 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2235.32 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 290.31 g; W tym cukry: 53.85 g; Błonnik pok.: 39.72 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2423.08 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; W tym cukry: 101.30 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2406.92 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 85.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 323.74 g; W tym cukry: 100.48 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 5.72 g;	Wartość energetyczna: 1828.86 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 225.90 g; W tym cukry: 33.81 g; Błonnik pok.: 35.11 g; Sól: 5.58 g;
2024-06-15 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2024-06-15 sobota	<b>Obiad</b>	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wołowy 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Gulasz wołowy 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g
	<b>PD</b>		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
2024-06-15 sobota	<b>Kolacja</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*dieta 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*dieta 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*dieta 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*dieta 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	<b>PN</b>	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Hummus 30 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Hummus 30 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Hummus 30 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 15 g	
	Wartość energetyczna: 2292.23 kcal; Białko ogółem: 84.13 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 297.05 g; W tym cukry: 62.13 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2071.86 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 304.03 g; W tym cukry: 75.60 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2134.72 kcal; Białko ogółem: 99.58 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 288.35 g; W tym cukry: 39.50 g; Błonnik pok.: 42.01 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2105.01 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 309.16 g; W tym cukry: 79.16 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 5.45 g;	Wartość energetyczna: 2544.93 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 91.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 317.75 g; W tym cukry: 64.37 g; Błonnik pok.: 35.14 g; Sól: 10.88 g;	Wartość energetyczna: 1905.91 kcal; Białko ogółem: 89.62 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 249.59 g; W tym cukry: 38.69 g; Błonnik pok.: 37.46 g; Sól: 5.41 g;	
2024-06-16 niedziela	<b>Śniadanie</b>	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami b/c 250 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami b/c 250 g Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml



Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-16 niedziela	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt		Pomarańcza 250g 1 szt Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Pomarańcza 250g 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzą z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzą z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt		Babka drożdżowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2639.64 kcal; Białko ogółem: 117.69 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 373.74 g; W tym cukry: 90.50 g; Błonnik pok.: 36.96 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2689.65 kcal; Białko ogółem: 121.01 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 379.35 g; W tym cukry: 90.81 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2757.72 kcal; Białko ogółem: 131.06 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 380.28 g; W tym cukry: 78.65 g; Błonnik pok.: 44.77 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2516.66 kcal; Białko ogółem: 117.04 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; W tym cukry: 89.17 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2845.98 kcal; Białko ogółem: 127.97 g; Tłuszcz: 92.12 g; Kw. tł. nasy.: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 395.33 g; W tym cukry: 104.26 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2054.38 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 285.63 g; W tym cukry: 54.15 g; Błonnik pok.: 39.20 g; Sól: 7.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2024-06-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Arbuz 150 g	Arbuz 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Arbuz 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Arbuz 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Arbuz 150 g
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka Colesław b/c 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kopytka ziemniaczane () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka Colesław b/c 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka Colesław b/c 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlety ziemniaczane () pieczone 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pieczarkowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka Colesław b/c 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
Kolejacja	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 300 g Sos waniliowy b/c 80 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 150 g Sos waniliowy b/c 80 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	
PN							

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
24-06-17 poniedziałek		Wartość energetyczna: 2760.25 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 74.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 458.26 g; W tym cukry: 130.05 g; Błonnik pok.: 39.39 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2540.78 kcal; Białko ogółem: 80.48 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 447.05 g; W tym cukry: 131.98 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2638.71 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 421.13 g; W tym cukry: 76.95 g; Błonnik pok.: 47.25 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2348.15 kcal; Białko ogółem: 79.44 g; Tłuszcz: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 395.36 g; W tym cukry: 134.62 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2904.25 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 474.31 g; W tym cukry: 130.05 g; Błonnik pok.: 39.39 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 1885.54 kcal; Białko ogółem: 59.96 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 295.80 g; W tym cukry: 62.38 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 4.49 g;
	Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2024-06-18 wtorek	II ŚN	Winogrona 150 g	Winogrona 150 g	Winogrona 150 g Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Winogrona 150 g Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Winogrona 150 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-18 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g ( <b>MLE, S02.</b> ) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g ( <b>MLE, S02.</b> ) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Cwikła z jabłkiem b/c () 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g ( <b>MLE, S02.</b> ) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g ( <b>MLE, S02.</b> ) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )					
		Wartość energetyczna: 2355.35 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 344.91 g; W tym cukry: 90.98 g; Błonnik pok.: 35.47 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2205.82 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; W tym cukry: 84.18 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2477.14 kcal; Białko ogółem: 116.60 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 357.85 g; W tym cukry: 62.57 g; Błonnik pok.: 51.82 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2202.71 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2707.04 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 394.20 g; W tym cukry: 91.83 g; Błonnik pok.: 45.36 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 1873.18 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 52.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 276.69 g; W tym cukry: 57.90 g; Błonnik pok.: 38.14 g; Sól: 5.32 g;
2024-06-19 środa	Śniadanie	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 200 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 250 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 250 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 200 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Orzechy włoskie łuskane 30 g ( <b>ORZ.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Orzechy włoskie łuskane 30 g ( <b>ORZ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC**

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałata zielona z kefirem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
<b>PD</b>		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
<b>Kolacja</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałatka caprese. 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałatka caprese. b/skórki 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałatka caprese. 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałatka caprese. b/skórki 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Sałatka caprese. 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałatka caprese. 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
<b>PN</b>	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2385.98 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 343.08 g; W tym cukry: 102.74 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2480.90 kcal; Białko ogółem: 106.40 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 377.13 g; W tym cukry: 105.74 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2183.67 kcal; Białko ogółem: 121.18 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 264.04 g; W tym cukry: 42.64 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2340.98 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 344.79 g; W tym cukry: 102.18 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2913.90 kcal; Białko ogółem: 136.43 g; Tłuszcz: 112.27 g; Kw. tł. nasy.: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 355.44 g; W tym cukry: 105.50 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 1630.16 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 49.36 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 223.76 g; W tym cukry: 33.97 g; Błonnik pok.: 34.91 g; Sól: 6.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-20 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLUPSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka wołowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka wołowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka wołowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka wołowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka wołowa 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka wołowa 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g ( <b>GOR.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z ciecierzycy * 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-20 czwartek		Wartość energetyczna: 2369.43 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 369.79 g; W tym cukry: 63.03 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2179.77 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 336.54 g; W tym cukry: 70.75 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2244.88 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; W tym cukry: 37.73 g; Błonnik pok.: 44.73 g; Sól: 9.96 g;	Wartość energetyczna: 2200.70 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 57.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; W tym cukry: 72.20 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2570.93 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 386.84 g; W tym cukry: 64.68 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 1865.02 kcal; Białko ogółem: 79.58 g; Tłuszcz: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 268.41 g; W tym cukry: 34.44 g; Błonnik pok.: 39.84 g; Sól: 6.97 g;
	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2024-06-21 piątek	II ŚN	Arbuz 150 g	Arbuz 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	Arbuz 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Arbuz 150 g	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sałatka ze szpinaku, pomidorków b/skórki, sera mozar. z olejem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Sałatka ze szpinaku, pomidorków, sera mozar. z olejem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sałatka ze szpinaku, pomidorków b/skórki, sera mozar. z olejem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 200 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB.</u> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Sałatka ze szpinaku, pomidorków, sera mozar. z olejem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-21 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałatka wiosenna - diety b/skórki 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałatka wiosenna - diety b/skórki 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )	Kanapka z serkiem i sałata (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z serkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	Kanapka z serkiem i sałata (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )	Kanapka z serkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> )
		Wartość energetyczna: 2408.10 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 43.91 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2364.14 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 336.80 g; W tym cukry: 78.91 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2377.70 kcal; Białko ogółem: 115.16 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 310.12 g; W tym cukry: 52.30 g; Błonnik pok.: 42.06 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2454.05 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 73.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 354.91 g; W tym cukry: 92.46 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2770.89 kcal; Białko ogółem: 112.33 g; Tłuszcz: 92.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 376.61 g; W tym cukry: 85.83 g; Błonnik pok.: 51.29 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 1873.73 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; Węglowodany ogółem: 251.64 g; W tym cukry: 41.79 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 5.71 g;
2024-06-22 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 70 g Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor koktajlowy b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.). 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 100 g Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.). 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.). 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		



Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-22 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka drobiowa () 180 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa () 180 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka drobiowa () 180 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Potrawka drobiowa () 180 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza pęczak/sypko 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka drobiowa () 250 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) kasza pęczak/sypko 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, sałata 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE. GLU ŻYT.</b> )		Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, sałata 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ. MLE. GLU ŻYT.</b> )	
		Wartość energetyczna: 2355.12 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 63.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 344.47 g; W tym cukry: 84.07 g; Błonnik pok.: 47.89 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2087.48 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 324.92 g; W tym cukry: 80.21 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2399.30 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 81.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; W tym cukry: 53.40 g; Błonnik pok.: 59.15 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 2216.79 kcal; Białko ogółem: 87.30 g; Tłuszcz: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 351.24 g; W tym cukry: 102.74 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2589.86 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 359.02 g; W tym cukry: 92.69 g; Błonnik pok.: 49.77 g; Sól: 10.36 g;	Wartość energetyczna: 1948.44 kcal; Białko ogółem: 77.37 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 272.19 g; W tym cukry: 43.97 g; Błonnik pok.: 50.19 g; Sól: 7.23 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-23 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z olejem 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z olejem 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Mandarynka 2 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Mandarynka 2 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )	Pomidorowa z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Mizeria 100 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	

*Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BISKUPIEC*

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-23 niedziela	PN	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	
		Wartość energetyczna: 2606.61 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 375.35 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2586.46 kcal; Białko ogółem: 118.20 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 378.24 g; W tym cukry: 95.41 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2058.82 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; Węglowodany ogółem: 293.26 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 11.04 g;	Wartość energetyczna: 2449.91 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 361.66 g; W tym cukry: 87.45 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2767.01 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 393.39 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 33.55 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 1786.14 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 48.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 254.03 g; W tym cukry: 47.15 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 10.47 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,