

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-02-17 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
2025-02-17 poniedziałek	Obiad	Zupa ziemniaczana + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Pulpat wieprzowy + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy + 80 g Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL.</b> ) Dyńa na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 150 g Gulasz wieprzowy węgierski + 180 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
2025-02-17 poniedziałek	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 80 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	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Przecier owocowy jablko-truskawka 100g 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2421.59 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 86.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 326.60 g; W tym cukry: 77.64 g; Błonnik pok.: 35.87 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 2427.38 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 87.50 g; Kw. tł. nasy.: 41.39 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; W tym cukry: 73.04 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 2435.97 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz: 92.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.21 g; Węglowodany ogółem: 307.17 g; W tym cukry: 38.93 g; Błonnik pok.: 47.38 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2442.84 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 41.30 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2547.60 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw. tł. nasy.: 42.31 g; Węglowodany ogółem: 334.77 g; W tym cukry: 77.86 g; Błonnik pok.: 35.87 g; Sól: 11.66 g;	Wartość energetyczna: 2063.19 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tł. nasy.: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 255.07 g; W tym cukry: 31.58 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sól: 9.22 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-02-18 wtorek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Jajko w sosie tatarskim + 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Piersz gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II ŚN	Melon 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Melon 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Melon 150 g	Melon 150 g
2025-02-18 wtorek	Obiad	Krupnik jęczmienny + 350 ml ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poleđwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poleđwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z selera z olejem b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poleđwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Marchew mini gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 350 ml ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Poleđwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 200 ml ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Poleđwiczka z kurczaka na parze + 120 g Sos szpinakowy + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z selera z rodzynkami + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Marchew mini gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		
2025-02-18 wtorek	Kolaća	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Smalec z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 100 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Smalec z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 100 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Smalec z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 100 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salatka z pomidora i salaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Smalec z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 100 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Smalec z fasoli z kurkumą i tymiankiem + 80 g Kiełki brokuła 5 g Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u> )				
	Wartość energetyczna: 2265.02 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; W tym cukry: 90.03 g; Błonnik pok.: 35.86 g; Sól: 14.00 g;	Wartość energetyczna: 2273.34 kcal; Białko ogółem: 117.24 g; Tłuszcz: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 317.29 g; W tym cukry: 82.79 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 15.95 g;	Wartość energetyczna: 2144.79 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; W tym cukry: 74.27 g; Błonnik pok.: 42.14 g; Sól: 14.50 g;	Wartość energetyczna: 2212.66 kcal; Białko ogółem: 114.11 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 333.76 g; W tym cukry: 101.68 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 14.66 g;	Wartość energetyczna: 2336.58 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; W tym cukry: 102.95 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 14.49 g;	Wartość energetyczna: 1913.72 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 56.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 271.50 g; W tym cukry: 60.46 g; Błonnik pok.: 37.01 g; Sól: 12.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-02-19 środa	Śniadanie	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g ( <b>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser zółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wedliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g ( <b>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser zółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wedliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym 250 g ( <b>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser zółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wedliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser zółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wedliną drobiowo-wieprzową i brokulem + 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II SN	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
2025-02-19 środa	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pieczarkowy + 80 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z białej kapusty z marchwią + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Dylna na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka z białej kapusty z marchwią + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos pieczarkowy + 80 g ( <b>MLE</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Dylna na parze + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet z kurczaka + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pieczarkowy + 80 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z białej kapusty z marchwią + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 200 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 150 g Sos pieczarkowy + 80 g ( <b>MLE</b> ) Pulpet z kurczaka + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Surówka z białej kapusty z marchwią + 100 g Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Kanapka z serkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, salata 5g, serek 25g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> )		Kanapka z serkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, salata 5g, serek 25g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> )	
2025-02-19 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 100 g ( <b>RYB</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 100 g ( <b>RYB</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 100 g ( <b>RYB</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 100 g ( <b>RYB</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 100 g ( <b>RYB</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) + 100 g ( <b>RYB</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mieszanka studencka 30 g ( <b>OZI, ORZ</b> )	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt ( <b>MLE, GLU OW</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt ( <b>MLE, GLU OW</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2481.80 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 85.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 353.24 g; W tym cukry: 63.43 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2409.72 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2468.46 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 85.81 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; W tym cukry: 42.03 g; Błonnik pok.: 45.66 g; Sól: 13.67 g;	Wartość energetyczna: 2245.95 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 325.44 g; W tym cukry: 75.77 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 2635.70 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 85.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 386.80 g; W tym cukry: 75.32 g; Błonnik pok.: 41.65 g; Sól: 11.50 g;	Wartość energetyczna: 1937.61 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 261.98 g; W tym cukry: 30.32 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 10.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-02-20 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II SN	Winogrona 100 g	Banan 1szt. 1 szt	pudding z nasion chia z kiwi 150 g ( <u>MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	pudding z nasion chia z kiwi 150 g ( <u>MLE.</u> )
2025-02-20 czwartek	Obiad	Zupa krem z buraków + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u> ) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalańfior gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos szpinakowy z serem białym + 200 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalańfior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u> ) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Marchew gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u> ) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalańfior gotowany + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z buraków + 200 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos szpinakowy z serem białym + 200 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 100 g Kalańfior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>ORZ.</u> )		Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>ORZ.</u> )	
2025-02-20 czwartek	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Dip jogurtowo-koperkowy + 50 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 90 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )				
	Wartość energetyczna: 2385.30 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.43 g; Węglowodany ogółem: 350.97 g; W tym cukry: 101.95 g; Błonnik pok.: 35.83 g; Sól: 13.16 g;	Wartość energetyczna: 2276.14 kcal; Białko ogółem: 78.67 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 376.30 g; W tym cukry: 119.80 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 12.18 g;	Wartość energetyczna: 2188.55 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 82.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 285.46 g; W tym cukry: 71.19 g; Błonnik pok.: 42.72 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 2136.10 kcal; Białko ogółem: 77.61 g; Tłuszcz: 42.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 372.52 g; W tym cukry: 117.89 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sól: 11.25 g;	Wartość energetyczna: 2695.65 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 83.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 390.14 g; W tym cukry: 131.88 g; Błonnik pok.: 38.96 g; Sól: 13.40 g;	Wartość energetyczna: 1934.49 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 268.40 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 11.38 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 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 mieszany żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) 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 ( <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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g ( <b>MLE</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 150 g Słupki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g ( <b>MLE</b> )	Jabłko 150 g
2025-02-21 piątek Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z miruny + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Sos cytrynowy + 80 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Selery gotowane + 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos cytrynowy + 80 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Zupa dyniowa z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z miruny + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 200 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet z miruny + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos cytrynowy + 80 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )		
Kolaacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Sałatka z pomidorów (bez skórki) 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> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałatka z pomidora, koperku i roszponki + 100 g Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 100 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</b> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</b> )
	Wartość energetyczna: 2329.40 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 334.66 g; W tym cukry: 81.95 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 2268.93 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 69.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 315.38 g; W tym cukry: 90.91 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sól: 12.90 g;	Wartość energetyczna: 2193.89 kcal; Białko ogółem: 104.87 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 282.40 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sól: 14.96 g;	Wartość energetyczna: 2154.59 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 304.61 g; W tym cukry: 82.73 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 11.60 g;	Wartość energetyczna: 2486.48 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 13.52 g;	Wartość energetyczna: 1807.93 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 234.21 g; W tym cukry: 43.12 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 12.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-02-22 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml ( <b>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml ( <b>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Ogórek kiszony z cebulką + 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II SN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa krem z kalafiora + 350 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ</b> ) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Marchew gotowana + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 350 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Surówka z marchwi b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa krem z kalafiora + 200 ml ( <b>SOJ, SEL</b> ) Grzanki pszenne + 10 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ</b> ) Kasza bulgur 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka z marchwi b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Masa serowa do makaronu + 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Masa serowa do makaronu + 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Makaron 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy b/c + 100 g ( <b>MLE</b> ) Masa serowa do makaronu + 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <b>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ</b> )						
		Wartość energetyczna: 2232.97 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 331.41 g; W tym cukry: 94.74 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 11.66 g;	Wartość energetyczna: 2156.12 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 48.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; W tym cukry: 96.35 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2203.12 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 11.57 g;	Wartość energetyczna: 2265.69 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 48.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 368.17 g; W tym cukry: 125.54 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2206.93 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; W tym cukry: 107.44 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 1828.56 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 45.54 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 265.13 g; W tym cukry: 65.11 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 9.33 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Bieluch 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mix sałat 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mix sałat 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka Coleslaw + 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOZ.</u> ) Dynia na parze + 100 g Ciasto z owocami 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet wieprzowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy dieta + 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Dynia na parze + 100 g Ciasto z owocami 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy dieta + 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Pulpet wieprzowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy dieta + 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Dynia na parze + 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 350 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet wieprzowy mielony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka Coleslaw + 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOZ.</u> ) Dynia na parze + 100 g Ciasto z owocami 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 200 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet wieprzowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy dieta + 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Dynia na parze + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku + 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2517.38 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 91.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; W tym cukry: 106.49 g; Błonnik pok.: 36.79 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2731.28 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 90.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; Węglowodany ogółem: 388.77 g; W tym cukry: 107.30 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2504.53 kcal; Białko ogółem: 114.15 g; Tłuszcz: 98.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g; W tym cukry: 50.75 g; Błonnik pok.: 44.82 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2608.46 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 80.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 385.57 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 11.35 g;	Wartość energetyczna: 2701.28 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 96.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 352.84 g; W tym cukry: 106.49 g; Błonnik pok.: 39.76 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 1953.49 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 247.51 g; W tym cukry: 41.99 g; Błonnik pok.: 38.08 g; Sól: 11.48 g;



Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
Śniadanie	Zacierka 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g ( <b>JAJ</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) 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> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pasta warzywna + 80 g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa + 100 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II ŚN	Mandarynka 1 szt		Mandarynka 1 szt Kanaпка z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	
2025-02-24 poniedziałek	Obiad	Żurek z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ) Kasza gryczana 200 g Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 350 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Marchew gotowana + 100 g Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 350 g ( <b>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Żurek z ziemniakami + 200 g ( <b>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Fasolka szparagowa żółta + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
Kolejacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Frankfurterki 80 g ( <b>SOJ</b> ) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Frankfurterki 80 g ( <b>SOJ</b> ) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> )	Kanaпка z jajkiem i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Kanaпка z szynką i salata (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> )	Kanaпка z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )
	Wartość energetyczna: 2617.28 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 103.79 g; Kw. tł. nasy.: 39.03 g; Węglowodany ogółem: 317.06 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 45.01 g; Sól: 13.99 g;	Wartość energetyczna: 2301.08 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 329.81 g; W tym cukry: 71.79 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 11.29 g;	Wartość energetyczna: 2450.72 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 84.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 321.44 g; W tym cukry: 51.91 g; Błonnik pok.: 42.11 g; Sól: 13.77 g;	Wartość energetyczna: 2206.32 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 54.04 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 339.94 g; W tym cukry: 91.36 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2807.79 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 111.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.72 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; W tym cukry: 87.11 g; Błonnik pok.: 45.25 g; Sól: 15.00 g;	Wartość energetyczna: 1795.37 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; Węglowodany ogółem: 232.87 g; W tym cukry: 29.52 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sól: 10.17 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-25 wtorek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki 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, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II SN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE,</b> ) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Kotlet schabowy panierowany + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka szwedzka + 100 g ( <b>GOR,</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Sos własny dieta + 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Sos własny dieta + 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka szwedzka + 100 g ( <b>GOR,</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa grysikowa z ziemniakami + 350 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Sos własny dieta + 80 g ( <b>SOJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Kotlet schabowy panierowany + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka szwedzka + 100 g ( <b>GOR,</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 200 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Salatka szwedzka + 100 g ( <b>GOR,</b> ) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Salatka z pęczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g ( <b>GLU PSZ,</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Kielki rzodkiewki 5 g Salata 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Salata zielona 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Kielki rzodkiewki 5 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Salata 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Kielki rzodkiewki 5 g Salata zielona 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Kielki rzodkiewki 5 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	
	Wartość energetyczna: 2408.28 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 335.47 g; W tym cukry: 77.56 g; Błonnik pok.: 39.43 g; Sól: 11.66 g;	Wartość energetyczna: 2568.23 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 96.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.78 g; Węglowodany ogółem: 335.24 g; W tym cukry: 75.56 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sól: 12.10 g;	Wartość energetyczna: 2472.57 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 96.18 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 306.51 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 45.63 g; Sól: 11.24 g;	Wartość energetyczna: 2280.01 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 331.00 g; W tym cukry: 70.24 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 12.29 g;	Wartość energetyczna: 2696.28 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 373.18 g; W tym cukry: 86.15 g; Błonnik pok.: 47.17 g; Sól: 11.91 g;	Wartość energetyczna: 2100.01 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 85.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 259.93 g; W tym cukry: 38.97 g; Błonnik pok.: 40.30 g; Sól: 10.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Owsianka z jabłkami 250 g ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 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	Owsianka z jabłkami 250 g ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 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	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidor 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	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	
2025-02-26 środa	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Burger z soczewicy pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sos brokułowy- dieta + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z marchwi i selera + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kalańfior gotowany + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos brokułowy- dieta + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Surówka z marchwi i selera + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kalańfior gotowany + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Burger z buraka z serem mozzarella (dieta) + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sos brokułowy- dieta + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Selar gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Dyńia na parze + 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Burger z soczewicy pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Sos brokułowy- dieta + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Kalańfior gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 200 ml ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Burger z soczewicy pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kalańfior gotowany + 100 g Surówka z marchwi i selera + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Sos brokułowy- dieta + 80 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Stępki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g ( <u>MLE.</u> )		Stępki papryki czerwonej + 100 g Dip jogurtowo-koperkowy + 30 g ( <u>MLE.</u> )
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Przecier owocowy jablko-mango 100g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jablko-mango 100g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2464.49 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 68.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 395.73 g; W tym cukry: 120.34 g; Błonnik pok.: 42.99 g; Sól: 9.67 g;	Wartość energetyczna: 2508.12 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 389.58 g; W tym cukry: 122.57 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2248.30 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 319.10 g; W tym cukry: 58.96 g; Błonnik pok.: 49.97 g; Sól: 11.95 g;	Wartość energetyczna: 2588.97 kcal; Białko ogółem: 72.13 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 406.05 g; W tym cukry: 115.86 g; Błonnik pok.: 30.12 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2531.57 kcal; Białko ogółem: 87.91 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 404.97 g; W tym cukry: 126.72 g; Błonnik pok.: 45.24 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 1980.78 kcal; Białko ogółem: 67.60 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 295.03 g; W tym cukry: 66.88 g; Błonnik pok.: 38.69 g; Sól: 10.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Hummus + 50 g ( <b>SOJ</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <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, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <b>SEL</b> ) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <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, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Hummus + 50 g ( <b>SOJ</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <b>SEL</b> ) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Hummus + 50 g ( <b>SOJ</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml ( <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, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Hummus + 50 g ( <b>SOJ</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> )		Putting z nasion chia z kiwi 150 g ( <b>MLE</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</b> )	
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g ( <b>SEL</b> ) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g ( <b>SEL</b> ) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g ( <b>SEL</b> ) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g ( <b>SEL</b> ) Cukinia gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 350 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z wieprzowiną + 150 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g ( <b>SEL</b> ) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 200 ml ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ) Makaron 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g ( <b>SEL</b> ) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g ( <b>SEL</b> ) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> )		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml ( <b>MLE, GLU OW</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <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 90 g Salata lodowa 10 g Salata lodowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <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 90 g Salata lodowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2248.57 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 343.23 g; W tym cukry: 54.23 g; Błonnik pok.: 36.58 g; Sól: 12.75 g;	Wartość energetyczna: 2182.89 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 333.83 g; W tym cukry: 54.27 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 12.21 g;	Wartość energetyczna: 2004.50 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 289.18 g; W tym cukry: 44.31 g; Błonnik pok.: 47.28 g; Sól: 12.20 g;	Wartość energetyczna: 2192.89 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 60.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 334.53 g; W tym cukry: 54.87 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 11.88 g;	Wartość energetyczna: 2341.97 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 64.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 357.21 g; W tym cukry: 61.37 g; Błonnik pok.: 37.27 g; Sól: 12.98 g;	Wartość energetyczna: 1880.69 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 274.05 g; W tym cukry: 23.84 g; Błonnik pok.: 40.06 g; Sól: 10.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wyrdz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek domowy waniliowy + 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek domowy waniliowy + 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek domowy waniliowy + 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twarożek domowy waniliowy + 50 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN	Mandarynka 1 szt		Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml ( <u>MLE</u> ) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt
2025-02-28 piątek Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej + 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos chrzanowy + 80 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos koperkowy dieta + 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa zielona + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos koperkowy dieta + 80 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 350 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze + 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos koperkowy dieta + 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Szpinał gotowany z olejem + 100 g Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej + 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos chrzanowy + 80 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 200 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Morszczuk pieczony w posypce paprykowo-ziolowej + 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos chrzanowy + 80 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki + 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )					
	Wartość energetyczna: 2188.16 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 295.11 g; W tym cukry: 78.79 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 11.21 g;	Wartość energetyczna: 2160.85 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 63.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; W tym cukry: 79.59 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 11.01 g;	Wartość energetyczna: 2130.93 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 281.86 g; W tym cukry: 66.91 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 2108.61 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 327.70 g; W tym cukry: 101.21 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2333.81 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 319.70 g; W tym cukry: 94.50 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 1774.29 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 225.61 g; W tym cukry: 41.63 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 9.11 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU, OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU, OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU, OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU, OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU, OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU, OW.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca z cytryną dieta + 150 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 350 ml ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Brukselka gotowana + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 200 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Potrawka z kurczaka + 150 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g ( <u>MLE, GOR, SO2.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g ( <u>MLE, GOR, SO2.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogowa z pieczoną papryką + 100 g ( <u>MLE, GOR, SO2.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g ( <u>MLE, GOR, SO2.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Przecier owocowo-warzywny jablko-marchewka 100g 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jablko-marchewka 100g 1 szt	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2218.49 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 321.81 g; W tym cukry: 85.46 g; Błonnik pok.: 40.03 g; Sól: 13.28 g;	Wartość energetyczna: 2273.98 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 64.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 337.55 g; W tym cukry: 93.49 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sól: 12.35 g;	Wartość energetyczna: 2308.62 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 315.48 g; W tym cukry: 47.15 g; Błonnik pok.: 52.90 g; Sól: 15.67 g;	Wartość energetyczna: 2217.05 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 334.89 g; W tym cukry: 89.83 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sól: 11.93 g;	Wartość energetyczna: 2362.49 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 85.46 g; Błonnik pok.: 40.03 g; Sól: 15.55 g;	Wartość energetyczna: 1875.36 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 269.53 g; W tym cukry: 46.99 g; Błonnik pok.: 41.99 g; Sól: 11.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-17 do dnia 2025-03-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Paprykarz z dorsza + 50 g (RYB, SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Paprykarz z dorsza + 50 g (RYB, SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pasta z makreli wędzonej + 50 g (JAJ, RYB, GOR.) Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kalarepa + 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-03-02 niedziela Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos cygański + 80 g Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos cygański + 80 g Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 80 g (MLE.) Dyńia na parze + 100 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa pomidorowa z makaronem + 350 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos cygański + 80 g Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	Zupa pomidorowa z makaronem + 200 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Sos cygański + 80 g Klopsik z kurczaka + 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Kalaflor gotowany + 100 g Szpinak baby z dressingiem + 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Salatka z brokułu, pomidora i jogurtem + 100 g (JAJ, MLE, GOR.)		Salatka z brokułu, pomidora i jogurtem + 100 g (JAJ, MLE, GOR.)	
Kolaćca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 80 g Pasztet warzywny marchwiowo-cukiniowy + 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pasztet warzywny marchwiowo-cukiniowy + 80 g (GLU, PSZ, JAJ.) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok 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: 2548.28 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 94.93 g; Kw. tł. nasy.: 33.60 g; Węglowodany ogółem: 344.28 g; W tym cukry: 75.46 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 2439.07 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 360.16 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 12.85 g;	Wartość energetyczna: 2143.18 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 299.66 g; W tym cukry: 49.88 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sól: 13.20 g;	Wartość energetyczna: 2407.00 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; Węglowodany ogółem: 360.07 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 12.22 g;	Wartość energetyczna: 2810.19 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 104.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 378.67 g; W tym cukry: 79.01 g; Błonnik pok.: 40.57 g; Sól: 14.84 g;	Wartość energetyczna: 1842.20 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 240.94 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 37.22 g; Sól: 11.15 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,