

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna		
2025-01-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 50 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	
		Obiad		Krem z dyni z grzankami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kalańior gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kalańior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kalańior gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami* 200 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kalańior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Tofu 50 g (SOJ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN		Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g	Kanaпка z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE)	
		Wartość energetyczna: 2280.33 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 348.30 g; W tym cukry: 89.76 g; Błonnik pok.: 38.98 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2276.41 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 337.08 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 55.88 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2092.39 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 49.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; W tym cukry: 105.26 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2537.73 kcal; Białko ogółem: 100.64 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; Węglowodany ogółem: 388.33 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 45.44 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 1819.90 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 47.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 283.69 g; W tym cukry: 44.49 g; Błonnik pok.: 45.98 g; Sól: 7.70 g;		

Jadłospis za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-21 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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 twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr b/skórki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Melón 150 g	Melón 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Melón 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Melón 150 g
Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Łopatka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Łopatka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Łopatka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Łopatka wieprzowa gotowana mielona 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Łopatka wieprzowa gotowana 100 g Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 150 g Łopatka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml		
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>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 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>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL.</u>) Cytryna 20 g Pomidor 80 g Mix sałat 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>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL.</u>) Cytryna 20 g Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 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>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 150 g (<u>SEL.</u>) Cytryna 20 g Rzodkiew biała - tarta 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2377.29 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 82.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 317.13 g; W tym cukry: 73.79 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2171.71 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 59.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; W tym cukry: 71.39 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2179.90 kcal; Białko ogółem: 117.19 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; Węglowodany ogółem: 303.75 g; W tym cukry: 57.05 g; Błonnik pok.: 42.22 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2131.62 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 314.81 g; W tym cukry: 67.63 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2585.94 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 87.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 341.72 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 1856.52 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 56.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 258.39 g; W tym cukry: 46.34 g; Błonnik pok.: 37.56 g; Sól: 7.80 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-22 środa	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.)
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)
	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)
	Kielbasa Zywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.)	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g	Kielbasa Zywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.)	Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g
	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)
	Pomidorki koktajlowe 80 g	Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g	Pomidorki koktajlowe 80 g	Pomidorki koktajlowe 80 g	Pomidorki koktajlowe 80 g	Pomidorki koktajlowe 80 g
	Salata zielona z olejem 20 g	Salata zielona z olejem 20 g	Salata zielona z olejem 20 g	Salata zielona z olejem 20 g	Salata zielona z olejem 20 g	Salata zielona z olejem 20 g
	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Pudding z nasion chia z musem truskawkowym b/c 150 g (MLE.)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Pudding z nasion chia z musem truskawkowym b/c 150 g (MLE.)	
Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)
	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g
	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.)	Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.)	Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)
	Surówka z selera i orzechów z jogurtem 100 g (MLE, ORZ, SEL.)	Surówka z selera i jabłka b/c 100 g (MLE, SEL.)	Surówka z selera i orzechów z jogurtem 100 g (MLE, ORZ, SEL.)	Surówka z pietruszką gotowaną z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)	Surówka z selera i orzechów z jogurtem 100 g (MLE, ORZ, SEL.)	Surówka z selera i orzechów z jogurtem 100 g (MLE, ORZ, SEL.)
	Marchew gotowana z olejem* 100 g	Marchew gotowana z olejem* 100 g	Marchew gotowana z olejem* 100 g	Marchew gotowana z olejem* 100 g	Marchew gotowana z olejem* 100 g	Marchew gotowana z olejem* 100 g
	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)
	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)
	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)
	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.)	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.)	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.)	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.)	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.)	Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.)
	Ogórek kiszony 90 g	Ogórek kiszony 90 g	Ogórek kiszony 90 g	Ogórek kiszony 90 g	Ogórek kiszony 90 g	Ogórek kiszony 90 g
	Rukola 10 g	Rukola 10 g	Rukola 10 g	Rukola 10 g	Rukola 10 g	Rukola 10 g
	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb graham 40g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek naturalny 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2234.01 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 65.42 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 7.99 g;		Wartość energetyczna: 2130.18 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 299.31 g; W tym cukry: 37.40 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sól: 6.81 g;		Wartość energetyczna: 1886.68 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; Węglowodany ogółem: 259.53 g; W tym cukry: 28.85 g; Błonnik pok.: 37.07 g; Sól: 6.42 g;	

Jadłospis za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-23 czwartek	Śniadanie	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka masłana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II/ŚN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
2025-01-23 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Mandarynka 1 szt	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Mandarynka 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)	Ziemniaczana * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mandarynka 1 szt
		PD	Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE.)		Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE.)	Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE.)	
2025-01-23 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy z kumej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy z kumej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowy-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2331.85 kcal; Białko ogółem: 102.51 g; Tłuszcz: 68.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; W tym cukry: 81.71 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2268.94 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 354.79 g; W tym cukry: 84.67 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2174.06 kcal; Białko ogółem: 112.88 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 313.67 g; W tym cukry: 37.67 g; Błonnik pok.: 40.55 g; Sól: 9.21 g;	Wartość energetyczna: 2212.71 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.84 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; W tym cukry: 72.90 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 2647.09 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 376.92 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 1763.81 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 52.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 255.28 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 8.78 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-24 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		Banan 1szt. 1 szt		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.)	Banan 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.)	
2025-01-24 piątek	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w śmietanie 150 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sledź w jogurcie 150 g (JAJ, RYB, MLE, GOR.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos koperkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml			
2025-01-24 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 120 g (JAJ, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.)					
	Wartość energetyczna: 2536.86 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 90.98 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 356.23 g; W tym cukry: 130.50 g; Błonnik pok.: 36.58 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 2395.13 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 370.56 g; W tym cukry: 122.75 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2253.34 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 85.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 289.17 g; W tym cukry: 69.68 g; Błonnik pok.: 37.20 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2383.24 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 357.03 g; W tym cukry: 113.73 g; Błonnik pok.: 23.86 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2486.99 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 358.62 g; W tym cukry: 115.01 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1821.43 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 241.09 g; W tym cukry: 45.30 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 6.37 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-25 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JEĆZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JEĆZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II/ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy - dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy - dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym* 200 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 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.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 15 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2213.62 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz: 80.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 289.66 g; W tym cukry: 60.19 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 11.18 g;	Wartość energetyczna: 2082.06 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 306.59 g; W tym cukry: 76.69 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 5.71 g;	Wartość energetyczna: 2105.96 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 288.72 g; W tym cukry: 39.34 g; Błonnik pok.: 45.04 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2101.11 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 308.36 g; W tym cukry: 78.81 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2479.82 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; W tym cukry: 61.63 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 1876.75 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 250.46 g; W tym cukry: 38.47 g; Błonnik pok.: 39.85 g; Sól: 6.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna		
2025-01-26 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g 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 żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g 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 kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami b/c 250 g 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 kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza kukurydziana 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>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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 żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami b/c 250 g 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 kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	
		Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzą z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Spinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzą z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
			PD		Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt		Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<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 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
			PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2677.64 kcal; Białko ogółem: 117.99 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 382.84 g; W tym cukry: 90.50 g; Błonnik pok.: 37.06 g; Sól: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2727.65 kcal; Białko ogółem: 121.31 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 388.45 g; W tym cukry: 90.81 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2522.12 kcal; Białko ogółem: 124.38 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 341.33 g; W tym cukry: 90.39 g; Błonnik pok.: 41.45 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2555.52 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 78.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 356.81 g; W tym cukry: 89.48 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2883.98 kcal; Białko ogółem: 128.27 g; Tłuszcz: 92.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 404.43 g; W tym cukry: 104.26 g; Błonnik pok.: 37.09 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 1949.38 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; W tym cukry: 53.95 g; Błonnik pok.: 39.82 g; Sól: 6.68 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) 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 ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 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 ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) 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 ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Mandarynka 2 szt		Mandarynka 2 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mandarynka 2 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopyta ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 300 g Sos waniliowy b/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 150 g Sos waniliowy b/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2666.63 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 438.00 g; W tym cukry: 127.93 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2480.41 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 440.97 g; W tym cukry: 125.13 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2545.09 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 400.87 g; W tym cukry: 74.82 g; Błonnik pok.: 44.79 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2201.78 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 367.48 g; W tym cukry: 112.16 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2810.63 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 454.05 g; W tym cukry: 127.93 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 1817.05 kcal; Białko ogółem: 59.41 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; W tym cukry: 60.15 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 4.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-28 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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 makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarozek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarozek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		
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>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE, SO2.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 90 g (<u>MLE, SO2.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE, SO2.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c () 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE, SO2.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE, SO2.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)					
	Wartość energetyczna: 2316.70 kcal; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 345.11 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 42.57 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2197.42 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 339.56 g; W tym cukry: 78.98 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2450.69 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 349.55 g; W tym cukry: 54.70 g; Błonnik pok.: 52.95 g; Sól: 12.60 g;	Wartość energetyczna: 2230.48 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 344.65 g; W tym cukry: 82.48 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2654.59 kcal; Białko ogółem: 123.16 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 385.20 g; W tym cukry: 83.97 g; Błonnik pok.: 46.49 g; Sól: 13.20 g;	Wartość energetyczna: 1838.99 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 266.96 g; W tym cukry: 48.99 g; Błonnik pok.: 39.24 g; Sól: 10.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 200 g (<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>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 250 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 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>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Papryka świeża 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 250 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 200 g (<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>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Serek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 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>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u>) Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Banan 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Orzechy włoskie łuskane 30 g (<u>ORZ</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Orzechy włoskie łuskane 30 g (<u>ORZ</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-01-29 środa	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
2025-01-29 środa	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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (<u>MLE</u>) 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. b/skórki 150 g (<u>MLE</u>) 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (<u>MLE</u>) 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. b/skórki 150 g (<u>MLE</u>) 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (<u>MLE</u>) 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2449.14 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 102.64 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2525.91 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 388.42 g; W tym cukry: 105.63 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2190.68 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 266.23 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2363.52 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 354.42 g; W tym cukry: 102.14 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2977.07 kcal; Białko ogółem: 135.75 g; Tłuszcz: 115.05 g; Kw. tł. nasy.: 47.35 g; Węglowodany ogółem: 366.15 g; W tym cukry: 105.40 g; Błonnik pok.: 34.26 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 1637.17 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 225.96 g; W tym cukry: 33.87 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sól: 7.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-30 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE)	Kasza kukurydziana na warzywie jarzynowym 250 ml (SEL)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE)	Kasza kukurydziana na warzywie jarzynowym 250 ml (SEL)	
		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)
		Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)
		Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)
		Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE)	Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE)	Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE)	Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE)	Serek wiejski ziarnisty 100 g (MLE)	Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE)
		Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE)	Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)	Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE)	Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną, 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)
Pomidorki koktajlowe 80 g	Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g	Pomidorki koktajlowe 80 g	Pomidor b/skórki 80 g	Pomidorki koktajlowe 80 g	Pomidorki koktajlowe 80 g		
Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g		
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt		
II ŚN	Mandarynka 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)	Mandarynka 1 szt	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	
	Makaron 200 g (GLU PSZ)	Makaron 200 g (GLU PSZ)	Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ, SEL)	Makaron 200 g (GLU PSZ)	Makaron 200 g (GLU PSZ)	Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ)	
Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL)	Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL)	Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL)	Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL)	Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL)	Potrawka wołowa 150 g (GLU PSZ, SEL)		
Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR)	Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g	Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR)	Marchew gotowana z olejem* 100 g	Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR)	Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR)		
Brokuł gotowany* 100 g	Brokuł gotowany* 100 g	Brokuł gotowany* 100 g	Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g	Brokuł gotowany* 100 g	Brokuł gotowany* 100 g		
Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kompot owocowy* b/c 250 ml		
PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	
	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ)	
Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)		
Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)	Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL)	Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)		
Ślupki z marchewki 80 g	Ślupki z marchewki 80 g	Ślupki z marchewki 80 g	Ślupki z marchewki 80 g	Ślupki z marchewki 80 g	Ślupki z marchewki 80 g		
Salata lodowa 20 g	Salata lodowa 20 g	Salata lodowa 20 g	Salata lodowa 20 g	Salata lodowa 20 g	Salata lodowa 20 g		
Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt		
PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2179.03 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 339.02 g; W tym cukry: 65.52 g; Błonnik pok.: 36.10 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2198.14 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2102.80 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 59.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 305.94 g; W tym cukry: 48.67 g; Błonnik pok.: 41.56 g; Sól: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2219.07 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 338.72 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2522.03 kcal; Białko ogółem: 109.99 g; Tłuszcz: 66.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 386.77 g; W tym cukry: 66.37 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 1768.54 kcal; Białko ogółem: 79.89 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 258.23 g; W tym cukry: 45.44 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sól: 7.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-31 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
2025-01-31 piątek	Obiad	Kalaflorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem brązowym * 350 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalaflorowa z ryżem brązowym * 200 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	
2025-01-31 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (JAJ, MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 120 g (JAJ, MLE, GOR) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (JAJ, MLE, GOR) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		P.N	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ)	Kanapka z serkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)	Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT)	Kanapka z serkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ)
	Wartość energetyczna: 2506.96 kcal; Białko ogółem: 98.89 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; W tym cukry: 74.95 g; Błonnik pok.: 49.11 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2306.59 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g; W tym cukry: 69.75 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2399.70 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz: 85.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 312.66 g; W tym cukry: 48.88 g; Błonnik pok.: 50.31 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2282.26 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; W tym cukry: 55.93 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2842.70 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 102.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 372.81 g; W tym cukry: 77.30 g; Błonnik pok.: 56.54 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 1896.02 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 255.90 g; W tym cukry: 38.53 g; Błonnik pok.: 39.23 g; Sól: 5.98 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2025-02-01 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Brokuł gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 150 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenno-żytni 50g 1 szt (GLU PSZ, MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ, PSZ) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ, PSZ) Potrawka drobiowa () 180 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 200 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa () 250 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 150 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sledź z cebulką w oleju 80 g (RYB) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sledź z cebulką w oleju 80 g (RYB) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenno długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sledź z cebulką w oleju 100 g (RYB) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Sledź z cebulką w oleju 80 g (RYB) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-mango 100g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2185.32 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; Węglowodany ogółem: 316.94 g; W tym cukry: 89.77 g; Błonnik pok.: 47.11 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2147.59 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 53.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; W tym cukry: 85.19 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2109.85 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 63.68 g; Błonnik pok.: 48.92 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2149.03 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 54.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 332.95 g; W tym cukry: 84.42 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2649.62 kcal; Białko ogółem: 114.99 g; Tłuszcz: 80.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 375.79 g; W tym cukry: 106.20 g; Błonnik pok.: 47.42 g; Sól: 9.24 g;	Wartość energetyczna: 1824.26 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 62.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 251.98 g; W tym cukry: 48.63 g; Błonnik pok.: 44.34 g; Sól: 8.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-01-20 do dnia 2025-02-02 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2025-02-02 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z olejem 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z cebulką jogurtem natur i natką 100 g (<u>MLE,</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z olejem 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z cebulką jogurtem natur i natką 100 g (<u>MLE,</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)
		II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
2025-02-02 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
2025-02-02 niedziela	Kolejca	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>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/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>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		P.N	Kanapka z jajkiem i salata (chleb pszenna 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z jajkiem i salata (bułka pszenna 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z jajkiem i salata (chleb pszenna 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z twarogiem i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2547.62 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 362.28 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2495.97 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; W tym cukry: 79.09 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2103.83 kcal; Białko ogółem: 115.48 g; Tłuszcz: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 304.80 g; W tym cukry: 55.78 g; Błonnik pok.: 38.20 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2435.92 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; W tym cukry: 87.78 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2708.02 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 76.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 380.32 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 37.56 g; Sól: 9.73 g;	Wartość energetyczna: 1831.15 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 48.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 265.56 g; W tym cukry: 53.72 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 10.42 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,