

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Ćwikła z jabłkiem b/c () 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Buraczki gotowane 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ryżem* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Brokułowa z ryżem* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem pełnoziarnym* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Brokułowa z ryżem pełnoziarnym* 200 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 50 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2069.49 kcal; Białko ogółem: 77.79 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 322.03 g; W tym cukry: 87.56 g; Błonnik pok.: 38.83 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2090.55 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 327.45 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2071.67 kcal; Białko ogółem: 90.79 g; Tłuszcz: 63.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; W tym cukry: 50.24 g; Błonnik pok.: 45.95 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2099.01 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; Węglowodany ogółem: 325.41 g; W tym cukry: 92.39 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2356.68 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 349.14 g; W tym cukry: 91.19 g; Błonnik pok.: 40.82 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1697.95 kcal; Białko ogółem: 73.01 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 254.46 g; W tym cukry: 40.15 g; Błonnik pok.: 41.46 g; Sól: 5.66 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt	Kefir 2.0% t 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pomarańcza 250g 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% t 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Pomarańcza 250g 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos cebulowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z surówką z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos cebulowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bitka z szynki wieprzowej 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salatka z pomidora i salaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kanapka z twarożkiem i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
024-05-28 wtorek		Wartość energetyczna: 2377.83 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 327.32 g; W tym cukry: 68.52 g; Błonnik pok.: 34.54 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2437.53 kcal; Białko ogółem: 110.90 g; Tłuszcz: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 347.65 g; W tym cukry: 68.41 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2355.55 kcal; Białko ogółem: 112.35 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 330.44 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 39.44 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2538.87 kcal; Białko ogółem: 112.20 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 365.79 g; W tym cukry: 86.67 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2527.03 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 352.91 g; W tym cukry: 81.26 g; Błonnik pok.: 34.56 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2002.11 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 267.34 g; W tym cukry: 41.24 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 5.48 g;
	Śniadanie	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym. 250 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Ser żółty 30 g (MLE, MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym. 250 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE, MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Ser żółty 30 g (MLE, MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (MLE, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE, MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym. 250 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Ser żółty 30 g (MLE, MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Ser żółty 30 g (MLE, MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR, MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte. b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane drobno tarte. 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Buraczki gotowane drobno tarte. 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR, MLE.) Buraczki gotowane drobno tarte. b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)		Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, sałata 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym*(*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*(*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*(*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*(*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym*(*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*(*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-29 środa	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2306.84 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 63.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 353.84 g; W tym cukry: 88.15 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2086.32 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 343.46 g; W tym cukry: 87.25 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2307.37 kcal; Białko ogółem: 113.24 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 329.94 g; W tym cukry: 42.38 g; Błonnik pok.: 43.99 g; Sól: 10.96 g;	Wartość energetyczna: 2054.30 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 40.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 335.35 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2505.34 kcal; Białko ogółem: 109.78 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 385.90 g; W tym cukry: 90.34 g; Błonnik pok.: 42.58 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 1748.53 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 31.35 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 9.54 g;
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. 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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. 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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Winogrona 100 g		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g ( <u>MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt		Pudding z nasion chia z kiwi 150 g ( <u>MLE.</u> )
2024-05-30 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Ryż na sypho 200 g Leczo z drobiem-dieta * 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Dyńka duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 200 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 200 g ( <u>JAJ.</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>QRZ.</u> )		Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>QRZ.</u> )		Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>QRZ.</u> )	
2024-05-30 czwartek	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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u> ) Sałatka z pomidorów i koperku 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u> ) Sałatka z pomidorów i koperku 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u> ) Sałatka z pomidorów i koperku 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u> ) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u> ) Sałatka z pomidorów i koperku 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u> ) Sałatka z pomidorów i koperku 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-30 czwartek	PN	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Kanapka z szynką i sałatą (bulka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )
		Wartość energetyczna: 2269.81 kcal; Białko ogółem: 101.81 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 330.63 g; W tym cukry: 73.39 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2329.33 kcal; Białko ogółem: 101.42 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 340.77 g; W tym cukry: 71.07 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2228.14 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 289.66 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 40.97 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2351.98 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 387.42 g; W tym cukry: 99.65 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2580.16 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 369.80 g; W tym cukry: 103.32 g; Błonnik pok.: 38.71 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 1780.78 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 245.39 g; W tym cukry: 29.66 g; Błonnik pok.: 36.12 g; Sól: 6.67 g;
2024-05-31 piątek	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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser ricotta z cynamonem 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser ricotta z cynamonem 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser ricotta z cynamonem b/cukru 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser ricotta z cynamonem 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser ricotta z cynamonem 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser ricotta z cynamonem 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt		Pomarańcza 250g 1 szt Słupki z warzyw () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt Słupki z warzyw () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Pomarańcza 250g 1 szt
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym() 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g ( <u>RYB.</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem pełnoziarnistym() 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Łosoś pieczony 80 g ( <u>RYB.</u> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC**

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-31 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczycwo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</b> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )	Pieczycwo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</b> )	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2341.73 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 338.30 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 5.96 g;	Wartość energetyczna: 2241.13 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 74.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; W tym cukry: 92.92 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 2330.69 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 302.54 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 43.52 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2114.82 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; W tym cukry: 78.00 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2612.10 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 88.56 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 355.80 g; W tym cukry: 88.32 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1864.42 kcal; Białko ogółem: 81.58 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 256.71 g; W tym cukry: 46.48 g; Błonnik pok.: 38.22 g; Sól: 5.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna-kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Surówka z rzodkwi i czarnuszki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt		Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz wołowy 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz wołowy 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wołowy - dieta 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salatka z buraczków z olejem b/jabłka 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz wołowy 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami* 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza bulgur 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Salatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		Salatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 20 g ( <b>GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 20 g ( <b>GOR.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <b>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</b> )					
		Wartość energetyczna: 2406.69 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 315.66 g; W tym cukry: 60.48 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2023.96 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 54.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 303.78 g; W tym cukry: 61.40 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2291.26 kcal; Białko ogółem: 113.92 g; Tłuszcz: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 311.22 g; W tym cukry: 40.64 g; Błonnik pok.: 41.19 g; Sól: 10.03 g;	Wartość energetyczna: 2179.42 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 335.90 g; W tym cukry: 92.71 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2697.45 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; W tym cukry: 69.16 g; Błonnik pok.: 35.88 g; Sól: 11.13 g;	Wartość energetyczna: 1767.01 kcal; Białko ogółem: 85.94 g; Tłuszcz: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 243.35 g; W tym cukry: 30.95 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sól: 7.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchewka mini z sezamem + 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )



**Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC**

2024-06-02 niedziela

BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Wartość energetyczna: 2634.04 kcal; Białko ogółem: 142.70 g; Tłuszcz: 89.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 327.97 g; W tym cukry: 105.07 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2869.67 kcal; Białko ogółem: 151.06 g; Tłuszcz: 90.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 376.02 g; W tym cukry: 101.89 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2624.69 kcal; Białko ogółem: 160.77 g; Tłuszcz: 98.45 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 292.74 g; W tym cukry: 44.39 g; Błonnik pok.: 41.06 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2754.48 kcal; Białko ogółem: 143.40 g; Tłuszcz: 87.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 359.27 g; W tym cukry: 86.81 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2817.94 kcal; Białko ogółem: 160.34 g; Tłuszcz: 94.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 343.36 g; W tym cukry: 105.07 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 1798.67 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 232.19 g; W tym cukry: 36.04 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 7.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałata z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Sałata z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <b>SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g	Banan 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z cynamonem () b/c 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z cynamonem () b/c 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z cynamonem () b/c 400 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 150 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <b>GOR.</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt ( <b>GOR.</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )	Kanapka z jajkiem i sałata (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2616.04 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 93.88 g; Kw. tł. nasy.: 45.15 g; Węglowodany ogółem: 367.35 g; W tym cukry: 93.16 g; Błonnik pok.: 51.04 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2596.19 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 403.04 g; W tym cukry: 115.60 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2288.35 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 364.37 g; W tym cukry: 66.70 g; Błonnik pok.: 50.96 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2355.59 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 386.99 g; W tym cukry: 101.45 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2916.46 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 100.25 g; Kw. tł. nasy.: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 412.71 g; W tym cukry: 109.19 g; Błonnik pok.: 52.20 g; Sól: 8.98 g;	Wartość energetyczna: 1724.44 kcal; Białko ogółem: 61.96 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 267.96 g; W tym cukry: 43.30 g; Błonnik pok.: 42.46 g; Sól: 5.12 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała - tarta 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt		Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Pomarańcza 250g 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet drobiowy panierowany w sezamie 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet drobiowy panierowany w sezamie 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym* dieta 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Salatka z peczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Salatka z peczaku, cieciorki, ogórka i papryki 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salatka wiosenna - diety b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 60 g Salatka wiosenna - diety b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	
		Wartość energetyczna: 2294.08 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; W tym cukry: 71.76 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2120.72 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 57.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; W tym cukry: 72.99 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2144.53 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 309.76 g; W tym cukry: 45.02 g; Błonnik pok.: 48.08 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2090.94 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 307.72 g; W tym cukry: 65.47 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2582.08 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 86.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 362.27 g; W tym cukry: 80.35 g; Błonnik pok.: 44.82 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 1736.64 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 53.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 247.69 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 5.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-06-05 środa	Śniadanie	Owsianka z jabłkami 250 g ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Owsianka z jabłkami 250 g ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Owsianka z jabłkami 250 g ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU OW.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomarańcza 250g 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej * 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Sos pieczeniowy 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń wołowa 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Słupki z marchewki i ogórka () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Słupki z marchewki i ogórka () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Pomidoriki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidoriki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidoriki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 100 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Pomidoriki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidoriki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2497.03 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 382.73 g; W tym cukry: 126.36 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2443.06 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 395.94 g; W tym cukry: 123.08 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2346.70 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 72.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; W tym cukry: 54.59 g; Błonnik pok.: 45.09 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2353.34 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 366.86 g; W tym cukry: 113.96 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2607.40 kcal; Białko ogółem: 94.98 g; Tłuszcz: 81.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 391.98 g; W tym cukry: 131.01 g; Błonnik pok.: 42.19 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 1840.09 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; Węglowodany ogółem: 258.87 g; W tym cukry: 41.10 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sól: 6.71 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna			
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	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 kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z fasoli () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z fasoli () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z fasoli () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml 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> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet z fasoli () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
		Obiad	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
			Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron Spaghetti 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynamis z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynamis z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynamis z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynamis z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron Spaghetti 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynamis z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron Spaghetti 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynamis z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos boloński * -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynamis z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
			Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )	Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )		Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )	Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )		
			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
			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	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	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
Wartość energetyczna: 2147.05 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 328.57 g; W tym cukry: 59.11 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2058.37 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 326.99 g; W tym cukry: 68.86 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sól: 6.57 g;		Wartość energetyczna: 2263.94 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 328.22 g; W tym cukry: 41.94 g; Błonnik pok.: 46.31 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2068.37 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 50.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 327.69 g; W tym cukry: 69.46 g; Błonnik pok.: 20.93 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2503.00 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 372.46 g; W tym cukry: 68.88 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 1760.66 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 255.88 g; W tym cukry: 32.77 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 1760.66 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; Węglowodany ogółem: 255.88 g; W tym cukry: 32.77 g; Błonnik pok.: 39.04 g; Sól: 5.69 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml ( <b>MLE</b> ) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 200 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )					
	Wartość energetyczna: 2048.28 kcal; Białko ogółem: 85.77 g; Tłuszcz: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 308.16 g; W tym cukry: 75.30 g; Błonnik pok.: 34.36 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2090.06 kcal; Białko ogółem: 94.08 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 338.33 g; W tym cukry: 103.01 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 1854.77 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 48.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 280.84 g; W tym cukry: 64.00 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2053.32 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 42.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 333.33 g; W tym cukry: 99.80 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2263.93 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 91.01 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1498.17 kcal; Białko ogółem: 77.92 g; Tłuszcz: 40.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 220.65 g; W tym cukry: 39.88 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 5.01 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JE CZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JE CZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JE CZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JE CZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JE CZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml ( <b>SEL, GLU JE CZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt		Pomarańcza 250g 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Pomarańcza 250g 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200g Potrawka drobiowa () 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200g Potrawka drobiowa () 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200g Potrawka drobiowa () 180 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 150g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ogórek świeży 90 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ogórek świeży 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt ( <b>może zawierać: MLE.</b> )		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )
		Wartość energetyczna: 2285.34 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 341.76 g; W tym cukry: 91.83 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2207.57 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; W tym cukry: 88.83 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2243.16 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 326.24 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 47.69 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2167.69 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 333.49 g; W tym cukry: 82.01 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 5.53 g;	Wartość energetyczna: 2429.34 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; Węglowodany ogółem: 357.81 g; W tym cukry: 91.83 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sól: 10.16 g;	Wartość energetyczna: 1886.68 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 271.63 g; W tym cukry: 44.37 g; Błonnik pok.: 43.11 g; Sól: 5.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanaпка z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt
2024-06-09 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> ) Mizéria 100 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Pomidorowa z makaronem* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Pomidorowa z makaronem* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mizéria 100 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem* 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</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> ) Mizéria 100 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Pomidorowa z makaronem* 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Mizéria 100 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Salatka z brokułu, kalafiora, oleju i koperku 100 g		Salatka z brokułu, kalafiora, oleju i koperku 100 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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor 80 g Salata lodowa 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 extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawalków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt



**Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 KUCHNIA BISKUPIEC**

2024-06-09 niedziela

BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Wartość energetyczna: 2351.73 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; W tym cukry: 72.56 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2259.41 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 57.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; W tym cukry: 72.10 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2065.64 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 56.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 295.97 g; W tym cukry: 47.61 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2258.47 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 334.20 g; W tym cukry: 65.66 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2626.28 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 81.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 379.46 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 38.24 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 1659.41 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 44.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 233.77 g; W tym cukry: 42.54 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 5.85 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,