

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-04-29 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Cwikła z jabłkiem b/c () 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Buraczki gotowane. 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) 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 (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem pełnoziarnistym* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 250 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pora z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Brokułowa z ryżem pełnoziarnistym* 200 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c () 100 g Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 50 g (RYB, SEL.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
24-04-29 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2065.83 kcal; Białko ogółem: 77.14 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 322.03 g; W tym cukry: 87.87 g; Błonnik pok.: 38.83 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2086.89 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 327.45 g; W tym cukry: 92.92 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2068.01 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; W tym cukry: 50.55 g; Błonnik pok.: 45.95 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2095.35 kcal; Białko ogółem: 81.83 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 325.41 g; W tym cukry: 92.71 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2388.67 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; Węglowodany ogółem: 351.19 g; W tym cukry: 92.26 g; Błonnik pok.: 42.15 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 1694.29 kcal; Białko ogółem: 72.36 g; Tłuszcz: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 254.46 g; W tym cukry: 40.46 g; Błonnik pok.: 41.46 g; Sól: 5.13 g;
2024-04-30 wtorek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Pomarańcza 250g 1 szt		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 250g 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 250g 1 szt	
	Obiad Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos cebulowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ.) Bitka z szynki wieprzowej 80 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-04-30 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kielki brokuła 5 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2377.83 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 326.53 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: 352.12 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;
2024-05-01 środa	Śniadanie	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym. 250 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Jaglanka pomarańczowa z siemieniem lnianym. 250 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Połudwica 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 (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Połudwica 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 (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym. 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2024-05-01 środa	Obiad	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.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Buraczki gotowane drobno tarte. b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem 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	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.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) 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	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.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Buraczki gotowane drobno tarte. b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 200 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Filet z indyka pieczony 100 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)	
2024-05-02 czwartek	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2158.41 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 335.60 g; W tym cukry: 89.67 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 8.03 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: 2091.54 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 300.57 g; W tym cukry: 55.47 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sól: 10.29 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: 2289.51 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 356.53 g; W tym cukry: 103.43 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 1663.06 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 235.64 g; W tym cukry: 33.14 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 9.42 g;
		Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenka kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2024-05-01 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym *) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym *) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Gulaszowa z mięsem drobiowym-dieta*) b/c 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		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	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwa strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
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>)
Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g</p> <p>Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g</p> <p>Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g</p> <p>Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Brokuł gotowany* 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>)</p> <p>Ryż na sytko 200 g</p> <p>Leczo z drobiem-dieta * 200 g</p> <p>Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>)</p> <p>Brokuł gotowany* 100 g</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g</p> <p>Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 250 g (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Brokuł z bułką tartą i z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g</p> <p>Gołąbki z kapusty włoskiej i mięsem drobiowym pieczone 200 g (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Brokuł gotowany* 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	
Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Roszpinka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Roszpinka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Roszpinka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Roszpinka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Roszpinka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Roszpinka 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>
PN	<p>Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)</p>	<p>Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU ŻYT.</u>)</p>	<p>Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)</p>	<p>Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)</p>	<p>Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)</p>
	<p>Wartość energetyczna: 2465.06 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 39.85 g; Sól: 7.43 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2436.39 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 78.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 350.99 g; W tym cukry: 70.66 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 8.40 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2315.11 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 83.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 310.59 g; W tym cukry: 40.47 g; Błonnik pok.: 45.64 g; Sól: 7.20 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2412.45 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 392.03 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 7.38 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2667.13 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 390.72 g; W tym cukry: 103.82 g; Błonnik pok.: 43.39 g; Sól: 7.59 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1976.03 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; W tym cukry: 29.73 g; Błonnik pok.: 40.39 g; Sól: 6.26 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem b/cukru 50 g (JAJ, MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka 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	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser ricotta z cynamonem 50 g (JAJ, MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g 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 (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt Słupki z warzyw () 100 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.)	Pomarańcza 250g 1 szt
2024-05-03 piątek Obiad	Krem z dyni z grzankami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami pełnoziarnistymi* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z dyni z pieczywem* (bułka pszenna) 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z czosnkiem* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami pełnoziarnistymi* 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Łosoś pieczony 80 g (RYB.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidorki koktajlowe b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z twarożkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-03 piątek		Wartość energetyczna: 2361.48 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 72.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 340.06 g; W tym cukry: 81.15 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2257.39 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 71.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 318.73 g; W tym cukry: 92.13 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2329.68 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 83.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 306.81 g; W tym cukry: 58.06 g; Błonnik pok.: 43.59 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 2131.08 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 299.33 g; W tym cukry: 77.22 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2631.85 kcal; Białko ogółem: 116.57 g; Tłuszcz: 88.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 357.56 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 1848.43 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 257.18 g; W tym cukry: 42.40 g; Błonnik pok.: 37.28 g; Sól: 7.03 g;
2024-05-04 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 250 ml (<u>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>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ. SOJ. MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ. SOJ. MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>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>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>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>) Serek wiejski ziarnisty 50 g (<u>MLE.</u>) 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	Kiwi 1 szt 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ.</u>) Gulasz wołowy - dieta 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JE CZ.</u>) Gulasz wołowy - dieta 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków z olejem b/jabłka 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Sałatka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszonego 150 g		Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszonego 150 g	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-04 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<u>GLU OW. może zawierać: SOJ. ORZ.</u>)					
		Wartość energetyczna: 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;
2024-05-05 niedziela	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor koktajlowe b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL. GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE. GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ. MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL. GLU JECZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwa strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna	
2024-05-05 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka Colesław b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchewka mini z sezamem + 100 g (SEZ.) Kalafor gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka Colesław b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 400 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kalafor gotowany* 100 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 250 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka Colesław b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Surówka Colesław b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Sałatka 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2609.28 kcal; Białko ogółem: 142.12 g; Tłuszcz: 87.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 326.16 g; W tym cukry: 103.57 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2847.26 kcal; Białko ogółem: 152.20 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 374.55 g; W tym cukry: 101.09 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2590.72 kcal; Białko ogółem: 161.85 g; Tłuszcz: 94.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 291.65 g; W tym cukry: 44.08 g; Błonnik pok.: 40.98 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2696.00 kcal; Białko ogółem: 145.87 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 358.89 g; W tym cukry: 85.27 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2793.18 kcal; Białko ogółem: 159.76 g; Tłuszcz: 92.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; W tym cukry: 103.57 g; Błonnik pok.: 34.94 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 1764.71 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 231.10 g; W tym cukry: 35.73 g; Błonnik pok.: 35.05 g; Sól: 7.55 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-06 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Sałatka z dyni pieczonej, natką pietruszki z olejem* 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Sałatka 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 (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 80 g Sałata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Ogórek świeży 80 g 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 (GLU PSZ, MLE, może zawierać: MLE, GOR.)	Banan 1szt. 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cynamonem () b/c 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cynamonem () b/c 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* b/c 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 150 g (MLE.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 150 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi leniwe z cynamonem () b/c 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 150 g (MLE.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* b/c 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Sos jogurtowo truskawkowy* b/c 150 g (MLE.) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kielbasa Śląska wieprzowa z cebulką 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-06 poniedziałek	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2613.86 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 93.88 g; Kw. tł. nasy.: 45.15 g; Węglowodany ogółem: 352.41 g; W tym cukry: 92.86 g; Błonnik pok.: 50.95 g; Sól: 8.14 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: 2282.67 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 363.06 g; W tym cukry: 65.52 g; Błonnik pok.: 50.87 g; Sól: 7.13 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: 2914.27 kcal; Białko ogółem: 101.21 g; Tłuszcz: 100.25 g; Kw. tł. nasy.: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 397.77 g; W tym cukry: 108.89 g; Błonnik pok.: 52.11 g; Sól: 8.95 g;	Wartość energetyczna: 1721.19 kcal; Białko ogółem: 61.91 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 267.21 g; W tym cukry: 42.62 g; Błonnik pok.: 42.41 g; Sól: 5.10 g;
2024-05-07 wtorek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twarożek 30 g (MLE.) Rzodkiew biała - tarta 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Pomarańcza 250g 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany w sezamie 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* petnoziarnistym* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany w sezamie 100 g (GLUPSZ, JAJ, SEZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem petnoziarnistym* dieta 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLUPSZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD		Sałatką z pęczaku.ciecioriki.ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)		Sałatką z pęczaku.ciecioriki.ogórka i papryki 150 g (GLU PSZ.)		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-07 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Sałatka caprese. 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka caprese. b/skórki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Sałatka caprese. 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 60 g Sałatka caprese. b/skórki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Sałatka caprese. 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Kielki rzodkiewki 5 g Sałatka caprese. 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2436.83 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz: 84.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.94 g; Węglowodany ogółem: 338.58 g; W tym cukry: 71.93 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2186.06 kcal; Białko ogółem: 101.74 g; Tłuszcz: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 329.15 g; W tym cukry: 70.00 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2250.28 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; W tym cukry: 45.04 g; Błonnik pok.: 49.17 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2156.28 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 317.84 g; W tym cukry: 62.48 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2687.83 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 92.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 375.64 g; W tym cukry: 80.37 g; Błonnik pok.: 45.91 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 1858.63 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 258.37 g; W tym cukry: 35.27 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 5.85 g;
2024-05-08 środa	Śniadanie	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 250g 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-08 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 350 ml (GLU PSZ. SEL. GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos pieczeńiowy 80 ml (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Buraczki gotowane 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 350 ml (GLU PSZ. SEL. GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń wołowa 100 g Sos pieczeńiowy 80 ml (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) 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 Hummus 30 g (SEZ.)		Słupki z marchewki i ogórka () 100 g Hummus 30 g (SEZ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB. SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE. GOR.) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE. GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE. GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 100 g (RYB. SOJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE. GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.)		Kanapka z twarożkiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. MLE.)		Napój sojowy 250ml 1 szt (SOJ.)	
	Wartość energetyczna: 2557.87 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 78.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 382.01 g; W tym cukry: 128.47 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2517.16 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 398.29 g; W tym cukry: 127.83 g; Błonnik pok.: 32.71 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2369.50 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 335.20 g; W tym cukry: 54.59 g; Błonnik pok.: 45.09 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2427.44 kcal; Białko ogółem: 108.31 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 369.21 g; W tym cukry: 118.71 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2691.05 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 86.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 393.24 g; W tym cukry: 133.11 g; Błonnik pok.: 42.30 g; Sól: 8.91 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 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ. SOJ. MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ. JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ. SOJ. MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 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 (GLU PSZ. SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ. JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ. SOJ. MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLUPSZ. SOJ. MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ. JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 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 (GLU PSZ. SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ. JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ. MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ. MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt	
2024-05-09 czwartek Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (GLUPSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ. MLE. SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ. SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ. SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ. SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz top* 150 g (GLU PSZ. MLE. SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 200 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ.) Sos boloński * -dieta 150 g (GLU PSZ. SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
PD			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.)		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 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 (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-09 czwartek		Wartość energetyczna: 2122.25 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 319.50 g; W tym cukry: 59.24 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 8.41 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: 2240.46 kcal; Białko ogółem: 99.46 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 322.05 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 46.26 g; Sól: 8.69 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: 2461.12 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 73.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; W tym cukry: 67.38 g; Błonnik pok.: 36.68 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 1754.26 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 254.09 g; W tym cukry: 31.06 g; Błonnik pok.: 38.87 g; Sól: 7.06 g;
2024-05-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor ki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty 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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty 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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 200 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba gotowana (Dorsz) 100 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-10 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)					
		Wartość energetyczna: 2030.06 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 303.91 g; W tym cukry: 71.68 g; Błonnik pok.: 33.61 g; Sól: 6.64 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: 1836.55 kcal; Białko ogółem: 90.47 g; Tłuszcz: 48.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 276.59 g; W tym cukry: 60.38 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sól: 6.26 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: 2245.71 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 67.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; W tym cukry: 87.39 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 1479.95 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz: 40.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; Węglowodany ogółem: 216.40 g; W tym cukry: 36.26 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 5.48 g;
2024-05-11 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>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 Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>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 Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ.</u>) Chleb razowy żytnio-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>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>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 Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>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 Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>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 Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ.</u>) Chleb razowy żytnio-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>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>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 Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt		Pomarańcza 250g 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 250g 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Pomarańcza 250g 1 szt
Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków zołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-11 sobota	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 90 g Ketchup 10 g (SEL.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2024-05-12 niedziela	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Śniadanie	Wartość energetyczna: 2278.14 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 339.74 g; W tym cukry: 89.90 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 9.43 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: 2235.96 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; W tym cukry: 43.90 g; Błonnik pok.: 47.50 g; Sól: 9.90 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: 2422.14 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; W tym cukry: 89.90 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 11.70 g;	Wartość energetyczna: 1879.48 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; W tym cukry: 42.44 g; Błonnik pok.: 42.91 g; Sól: 7.07 g;
II ŚN		Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z szynką i ogórkiem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, ogórek 15g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-29 do dnia 2024-05-12 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PŁ 1 Podstawowa	BIS- PŁ 2 Łatwo strawna	BIS- PŁ 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PŁ 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PŁ Wysokokaloryczna	BIS- PŁ 8 Ubogoenergetyczna
2024-05-12 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.)	Pomidorowa z makaronem * 200 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Salatka z brokułu, kalafiora, oleju i koperku 100 g		Salatka z brokułu, kalafiora, oleju i koperku 100 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) 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 (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) 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 (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) 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 (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) 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 (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata 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	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2384.02 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 72.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 349.12 g; W tym cukry: 74.39 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2264.75 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 337.44 g; W tym cukry: 72.10 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2097.94 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 299.96 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 44.11 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2263.81 kcal; Białko ogółem: 95.70 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 334.37 g; W tym cukry: 65.66 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2658.57 kcal; Białko ogółem: 110.19 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 383.45 g; W tym cukry: 77.26 g; Błonnik pok.: 40.63 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 1691.70 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 237.76 g; W tym cukry: 44.37 g; Błonnik pok.: 36.15 g; Sól: 6.32 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,