

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-23 poniedziałek	Śniadanie	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka masłana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	II SN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>)	Ziemniaczana * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ,</u>) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PD	Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 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 pszenina długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenina długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2258.15 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; Węglowodany ogółem: 347.80 g; W tym cukry: 88.23 g; Błonnik pok.: 36.47 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2066.40 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; Węglowodany ogółem: 316.33 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2096.00 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; W tym cukry: 44.00 g; Błonnik pok.: 40.15 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2171.17 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 55.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; Węglowodany ogółem: 327.61 g; W tym cukry: 72.12 g; Błonnik pok.: 22.74 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2564.99 kcal; Białko ogółem: 123.00 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 373.90 g; W tym cukry: 86.28 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 9.07 g;	Wartość energetyczna: 1680.16 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 253.36 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 7.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-24 wtorek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami*(t) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kalafor gotowany* 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kalafor gotowany* 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kalafor gotowany* 100g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z dyni z grzankami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kalafor gotowany* 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami*(t) 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kalafor gotowany* 100g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pierogi z kapustą i grzybami* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Barszcz czerwony czysty 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot z suszu 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Pierogi ukraińskie * 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Barszcz czerwony czysty 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot z suszu b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Barszcz czerwony czysty b/c 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot z suszu b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Barszcz czerwony czysty 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pierogi z kapustą i grzybami* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Barszcz czerwony czysty 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku * (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Barszcz czerwony czysty 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kompot z suszu 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 wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2640.69 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 405.41 g; W tym cukry: 93.98 g; Błonnik pok.: 42.60 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2472.11 kcal; Białko ogółem: 108.80 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 390.34 g; W tym cukry: 96.90 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2242.38 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 52.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 346.75 g; W tym cukry: 60.04 g; Błonnik pok.: 56.24 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2284.13 kcal; Białko ogółem: 94.32 g; Tłuszcz: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 372.93 g; W tym cukry: 105.92 g; Błonnik pok.: 31.90 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2874.96 kcal; Białko ogółem: 117.33 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 440.41 g; W tym cukry: 90.91 g; Błonnik pok.: 49.05 g; Sól: 10.66 g;	Wartość energetyczna: 1824.27 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 43.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 281.49 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 47.99 g; Sól: 7.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-12-25 środa	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona, parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Makowiec 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe b/skórki 80 g Salata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor ki koktajlowe 80 g Salata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Mandarynka 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona z olejem 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona z olejem 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Makowiec 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona z olejem 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ciasto z owocami 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
		II ŚN	Pudding z nasion chia z musem truskawkowym b/c 150 g (MLE.)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Pudding z nasion chia z musem truskawkowym b/c 150 g (MLE.)	
2024-12-25 środa	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzą z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzą z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 100 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
2024-12-25 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Roszponka 10g 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2527.39 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 323.24 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2388.85 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 74.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; W tym cukry: 73.74 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2342.75 kcal; Białko ogółem: 118.98 g; Tłuszcz: 84.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 292.69 g; W tym cukry: 41.09 g; Błonnik pok.: 40.21 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2313.85 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; W tym cukry: 77.92 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2586.79 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; W tym cukry: 65.97 g; Błonnik pok.: 35.04 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2025.62 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz: 74.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 258.13 g; W tym cukry: 34.24 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 7.19 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
Śniadanie	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Ser żółty 30 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Owsianka z bananem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Ser żółty 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU OW,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	II SN	Jabłko 1 szt 1 szt					
2024-12-26 czwartek	Obiad	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)	Pomidorowa z ryżem brązowym* 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)	Pomidorowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,)	Pomidorowa z ryżem brązowym* 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD	Serek homo owocowy 150g 1 szt (MLE,)				
Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)					
	Wartość energetyczna: 2524.35 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 377.26 g; W tym cukry: 90.80 g; Błonnik pok.: 38.47 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2330.19 kcal; Białko ogółem: 101.78 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 364.82 g; W tym cukry: 88.96 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2016.87 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 293.53 g; W tym cukry: 47.34 g; Błonnik pok.: 42.03 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2308.27 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 67.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 336.75 g; W tym cukry: 79.57 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2826.09 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 87.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 409.42 g; W tym cukry: 90.80 g; Błonnik pok.: 38.47 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1751.44 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; Węglowodany ogółem: 253.67 g; W tym cukry: 59.74 g; Błonnik pok.: 39.10 g; Sól: 5.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-12-27 piątek	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (GLU PSZ, SEL,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkami wody wędzona parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ,) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem b/c 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II SN	Banan 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE,)	Banan 1szt. 1 szt	Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE,)	
2024-12-27 piątek	Obiad	Szpinakowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śledź w śmietanie 150 g (JAJ, RYB, MLE, GOR,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem pelnoziarnistym * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śledź w jogurcie 150 g (JAJ, RYB, MLE, GOR,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem * 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	
2024-12-27 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Salata 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 100 g (JAJ, GOR,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z białek z koperkiem 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 120 g (JAJ, GOR,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR,) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ,)				
	Wartość energetyczna: 2514.11 kcal; Białko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 91.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 350.64 g; W tym cukry: 128.14 g; Błonnik pok.: 36.48 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2364.74 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 65.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; W tym cukry: 122.49 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2214.06 kcal; Białko ogółem: 87.98 g; Tłuszcz: 88.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 276.79 g; W tym cukry: 68.28 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2352.85 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; W tym cukry: 113.47 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2441.05 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.88 g; Węglowodany ogółem: 349.10 g; W tym cukry: 112.42 g; Błonnik pok.: 34.51 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 1812.68 kcal; Białko ogółem: 79.93 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 235.40 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 32.39 g; Sól: 6.46 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 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.) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i salaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 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.) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka z pomidora i salaty lodowej b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 100 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.) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 30 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.) Salatka z pomidora i salaty lodowej 100 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 Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 1 szt 1 szt
2024-12-28 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy -dieta 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym* 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy -dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym* 200 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki po francusku z olejem b/c 100 g
		PD		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
2024-12-28 sobota	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 90 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 15 g	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Hummus 30 g (SEZ.) Pomidor 15 g
		Wartość energetyczna: 2227.12 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 80.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 292.21 g; W tym cukry: 59.39 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2091.46 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 309.19 g; W tym cukry: 77.89 g; Błonnik pok.: 28.63 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2105.96 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 288.72 g; W tym cukry: 39.34 g; Błonnik pok.: 45.04 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2110.51 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; W tym cukry: 80.01 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2479.82 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 87.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; W tym cukry: 61.63 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 11.76 g;	Wartość energetyczna: 1876.75 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 250.46 g; W tym cukry: 38.47 g; Błonnik pok.: 39.85 g; Sól: 6.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami b/c 250 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor b/skórki 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami 250 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jaglana z jabłkami i truskawkami b/c 250 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Sila&Moc 1 szt		Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2231.13 kcal; Białko ogółem: 102.63 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 346.56 g; W tym cukry: 89.16 g; Błonnik pok.: 36.63 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2294.52 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; W tym cukry: 89.77 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2454.98 kcal; Białko ogółem: 116.35 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 360.32 g; W tym cukry: 81.46 g; Błonnik pok.: 44.70 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2146.16 kcal; Białko ogółem: 103.28 g; Tłuszcz: 52.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 328.99 g; W tym cukry: 89.76 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2637.97 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 400.95 g; W tym cukry: 107.17 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 1933.37 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 276.66 g; W tym cukry: 56.48 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sól: 7.61 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe b/śkórki 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/śkórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mandarynka 2 szt
2024-12-30 poniedziałek	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g (<u>SEL.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej* 350 ml (<u>PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej* 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kotlety ziemniaczane () pieczone 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł z sezamem i z olejem* 100 g (<u>SEZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
2024-12-30 poniedziałek	Kolacja	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 300 g Sos waniliowy b/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos waniliowy z/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 150 g Sos waniliowy b/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem pieczonym i cynamonem b/c 150 g Sos waniliowy b/c 80 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
		PN	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2666.63 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 438.00 g; W tym cukry: 127.93 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2480.41 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 440.97 g; W tym cukry: 125.13 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2545.09 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 400.87 g; W tym cukry: 74.82 g; Błonnik pok.: 44.79 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2201.78 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 367.48 g; W tym cukry: 112.16 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 2810.63 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 454.05 g; W tym cukry: 127.93 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 1817.05 kcal; Białko ogółem: 59.41 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; W tym cukry: 60.15 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 4.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 50 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata strzępiasta czerwona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,)	Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u> ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 350 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u> ,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * 200 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u> ,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u> ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g	Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		
Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Cwikła z jabłkiem b/c () 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Cwikła z jabłkiem b/c () 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> ,) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Cwikła z chrzanem b/c () 90 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u> ,) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u> ,)					
Wartość energetyczna: 2330.20 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 347.66 g; W tym cukry: 77.80 g; Błonnik pok.: 40.02 g; Sól: 11.06 g;		Wartość energetyczna: 2197.42 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 339.56 g; W tym cukry: 78.98 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 8.65 g;		Wartość energetyczna: 2450.69 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 349.55 g; W tym cukry: 54.70 g; Błonnik pok.: 52.95 g; Sól: 12.60 g;		Wartość energetyczna: 2230.48 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 344.65 g; W tym cukry: 82.48 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 8.35 g;	
Wartość energetyczna: 2654.59 kcal; Białko ogółem: 123.16 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 385.20 g; W tym cukry: 83.97 g; Błonnik pok.: 46.49 g; Sól: 13.20 g;		Wartość energetyczna: 1838.99 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 266.96 g; W tym cukry: 48.99 g; Błonnik pok.: 39.24 g; Sól: 10.01 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-01 środa	Śniadanie	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 200 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 250 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 250 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku z musem truskawkowym + 200 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek śmietankowy naturalny 100 g (MLE.) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż brązowy na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną, 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN	Banan 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Orzechy włoskie luskane 30 g (ORZ.)	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Orzechy włoskie luskane 30 g (ORZ.)	Jabłko 1 szt 1 szt
2025-01-01 środa	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazylkowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 200 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wodą* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
		PD		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
2025-01-01 środa	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) 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.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. b/skórki 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salatka caprese. 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2449.14 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 353.79 g; W tym cukry: 102.64 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2525.91 kcal; Białko ogółem: 106.56 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 388.42 g; W tym cukry: 105.63 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2190.68 kcal; Białko ogółem: 121.05 g; Tłuszcz: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 266.23 g; W tym cukry: 42.53 g; Błonnik pok.: 39.83 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2363.52 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 354.42 g; W tym cukry: 102.14 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2977.07 kcal; Białko ogółem: 135.75 g; Tłuszcz: 115.05 g; Kw. tł. nasy.: 47.35 g; Węglowodany ogółem: 366.15 g; W tym cukry: 105.40 g; Błonnik pok.: 34.26 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 1637.17 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 225.96 g; W tym cukry: 33.87 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sól: 7.21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 100 g (MLE.) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 50 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kiwi 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)
2025-01-02 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Potrawka wołowa 200 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * b/c 200 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ.) Potrawka wołowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
2025-01-02 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Słupki z marchewki 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
		PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2328.33 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 370.75 g; W tym cukry: 63.53 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2198.14 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; W tym cukry: 71.48 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2110.60 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 306.97 g; W tym cukry: 47.48 g; Błonnik pok.: 41.51 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2219.07 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 338.72 g; W tym cukry: 72.92 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2529.83 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 387.80 g; W tym cukry: 65.18 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 1776.34 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 259.26 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 37.76 g; Sól: 7.45 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-03 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku b/skórki 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron pełnoziarnisty w wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem brzoskwinowy 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II SN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL, JAJ, RYB.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL, JAJ, RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 350 ml (<u>MLE, SEL, JAJ, RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL, JAJ, RYB.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL, JAJ, RYB.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 200 ml (<u>MLE, SEL, JAJ, RYB.</u>) Ryba smażona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba pieczona (Miruna) 80 g (<u>RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD		Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g		
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 120 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała - tarta 90 g Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>)	Kanapka z serkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>)	Kanapka z serkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>)	Kanapka z serkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, serek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u>)
	Wartość energetyczna: 2511.96 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; W tym cukry: 74.13 g; Błonnik pok.: 49.76 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2311.59 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; W tym cukry: 68.93 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2428.68 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 86.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 312.85 g; W tym cukry: 49.04 g; Błonnik pok.: 50.31 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2287.26 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 316.38 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2847.70 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 102.40 g; Kw. tł. nasy.: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 373.51 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 57.19 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 1900.19 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 256.48 g; W tym cukry: 37.84 g; Błonnik pok.: 39.77 g; Sól: 5.99 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 150 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Potrawka drobiowa () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Potrawka drobiowa () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa () 180 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sledź z cebulką w oleju 80 g (<u>RYB,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sledź z cebulką w oleju 80 g (<u>RYB,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sledź z cebulką w oleju 100 g (<u>RYB,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Sledź z cebulką w oleju 80 g (<u>RYB,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2329.22 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 347.24 g; W tym cukry: 90.17 g; Błonnik pok.: 46.81 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2149.99 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; W tym cukry: 86.39 g; Błonnik pok.: 34.28 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2109.85 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 63.66 g; Błonnik pok.: 48.92 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2151.43 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 332.55 g; W tym cukry: 85.62 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 5.59 g;	Wartość energetyczna: 2652.02 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 80.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 375.39 g; W tym cukry: 107.40 g; Błonnik pok.: 48.02 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 1824.26 kcal; Białko ogółem: 77.67 g; Tłuszcz: 62.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 251.98 g; W tym cukry: 48.63 g; Błonnik pok.: 44.34 g; Sól: 8.42 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 KUCHNIA BISKUPIEC

	BIS- PL 1 Podstawowa	BIS- PL 2 Łatwo strawna	BIS- PL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIS- PL 4 Łatw.str.z ogr.sub.pob.wydz.soków żołądkowych	BIS- PL Wysokokaloryczna	BIS- PL 8 Ubogoenergetyczna	
2025-01-05 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z olejem 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g (<u>MLE,</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z olejem i natką pietr b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidora ,sał ziel i kukurydzy kons.z olejem 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Tofu 30 g (<u>SOJ,</u>) Salatka z pomidorów z cebulką ,jogurtem natur i natką 100 g (<u>MLE,</u>) Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)
		IFSN	Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 2 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Mandarynka 2 szt
Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Babka cytrynowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym * 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab gotowany 80 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PN	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z jajkiem i salata (bułka pszenna 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z twarogiem i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2624.12 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 381.03 g; W tym cukry: 93.13 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2563.26 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 378.81 g; W tym cukry: 95.74 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2067.11 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 298.95 g; W tym cukry: 52.43 g; Błonnik pok.: 37.25 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2426.71 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; W tym cukry: 87.78 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2784.52 kcal; Białko ogółem: 114.63 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 399.07 g; W tym cukry: 93.13 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sól: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 1803.65 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 259.71 g; W tym cukry: 50.37 g; Błonnik pok.: 32.56 g; Sól: 10.40 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,
SO2 - 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,