

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołakowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-02-19 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Marchew w plasterkach () 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew w plasterkach () 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Marchew w plasterkach () 80 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Marchew w plasterkach () 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Marchew w plasterkach () 80 g
		II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 5 g (MLE.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 5 g (MLE.) Twaróg półtusty 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	
2024-02-19 poniedziałek	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
2024-02-19 poniedziałek	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 30 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2457.52 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 348.11 g; W tym cukry: 77.13 g; Błonnik pok.: 38.31 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2397.95 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 345.07 g; W tym cukry: 66.61 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2192.60 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 331.25 g; W tym cukry: 64.34 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2265.60 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 339.49 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2306.53 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 310.22 g; W tym cukry: 53.54 g; Błonnik pok.: 42.47 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2698.51 kcal; Białko ogółem: 121.44 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 382.25 g; W tym cukry: 98.09 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 1950.44 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 53.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 302.58 g; W tym cukry: 25.92 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 5.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołakowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-02-20 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
		II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Papryka świeża 50 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata lodowa 10 g	
2024-02-20 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.)	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.)	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.)	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.)	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.)	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i natką pietruszki 80 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i natką pietruszki 80 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)				Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)		
	Wartość energetyczna: 2592.04 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 396.95 g; W tym cukry: 68.34 g; Błonnik pok.: 32.46 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2694.66 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 420.32 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2625.10 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 423.94 g; W tym cukry: 88.10 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2591.92 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 410.16 g; W tym cukry: 81.33 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2397.68 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 48.82 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 3082.34 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.94 g; Węglowodany ogółem: 469.50 g; W tym cukry: 111.86 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2215.36 kcal; Białko ogółem: 63.68 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 380.96 g; W tym cukry: 54.67 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 5.25 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątróbowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-02-21 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Cukinia pieczona z olejem * 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g	
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Salata zielona 10 g		
Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Sos pieczeniowy 120 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SO2) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sytko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 60 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (tilapia) i warzyw () 70 g (RYB, SEL) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (tilapia) i warzyw () 70 g (RYB, SEL) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (tilapia) i warzyw () 70 g (RYB, SEL) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (tilapia) i warzyw () 70 g (RYB, SEL) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)						Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)	
	Wartość energetyczna: 2358.08 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 334.62 g; W tym cukry: 66.86 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2421.05 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; W tym cukry: 66.54 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2368.56 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 62.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 360.03 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2489.95 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 402.63 g; W tym cukry: 99.90 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2126.76 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 292.07 g; W tym cukry: 37.61 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2781.95 kcal; Białko ogółem: 125.50 g; Tłuszcz: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 415.16 g; W tym cukry: 101.83 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2060.42 kcal; Białko ogółem: 63.48 g; Tłuszcz: 46.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 357.53 g; W tym cukry: 69.27 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 5.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobiony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Pomidor b/skórki 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
II ŚN					Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Mix салат 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>MLE.</u>) Mix салат 10 g	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(.) 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem (.) 200 g	Ziemniaczana (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(.) 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki z tłuszczem (.) 200 g Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki z tłuszczem (.) 200 g Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem (.) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(.) 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Ziemniaczana (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*(.) 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g	
PN			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2804.63 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 417.96 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 42.90 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2509.10 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2263.78 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2310.60 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2332.60 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 315.05 g; W tym cukry: 42.59 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2921.38 kcal; Białko ogółem: 125.46 g; Tłuszcz: 96.02 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 408.36 g; W tym cukry: 100.38 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2118.35 kcal; Białko ogółem: 62.64 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; W tym cukry: 38.58 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 5.48 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Mandarynka 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Twarożek 50 g (MLE.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Słupki z marchewki 50 g	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Słupki z marchewki 50 g	
Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba w cieście (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ryż na sypko 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 70 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 140 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt
PN	Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 3184.92 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 102.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 477.63 g; W tym cukry: 135.03 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 3063.57 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 86.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 485.89 g; W tym cukry: 141.09 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2474.99 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 377.72 g; W tym cukry: 102.38 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2764.44 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 456.98 g; W tym cukry: 117.14 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2168.00 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; W tym cukry: 42.04 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 3526.87 kcal; Białko ogółem: 146.92 g; Tłuszcz: 101.76 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 521.70 g; W tym cukry: 155.70 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2021.75 kcal; Białko ogółem: 57.04 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 329.34 g; W tym cukry: 74.87 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 5.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Salata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEJCZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	
2024-02-24 sobota Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 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.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g
PN			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2581.43 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 84.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 360.43 g; W tym cukry: 71.68 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2525.31 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz: 81.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 72.77 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2520.38 kcal; Białko ogółem: 116.17 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 347.53 g; W tym cukry: 71.60 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2394.04 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 380.33 g; W tym cukry: 109.01 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2418.62 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 317.10 g; W tym cukry: 42.13 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 3043.20 kcal; Białko ogółem: 144.50 g; Tłuszcz: 94.97 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 420.01 g; W tym cukry: 116.68 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2058.64 kcal; Białko ogółem: 61.42 g; Tłuszcz: 50.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; W tym cukry: 54.84 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 4.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa				
2024-02-25 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)		Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt		Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniovym 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
		II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab klasyczny wp. z dodatkiem wody, wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 50 g		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab klasyczny wp. z dodatkiem wody, wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata lodowa 10 g		Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt		
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Wafelki Gimmi 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33 l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Wafelki Gimmi 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		Wartość energetyczna: 2585.32 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 89.30 g; Kw. tł. nasy.: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 351.41 g; W tym cukry: 96.00 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 7.72 g;		Wartość energetyczna: 2569.52 kcal; Białko ogółem: 107.62 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; W tym cukry: 99.54 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sól: 6.91 g;	
	Wartość energetyczna: 2420.00 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 107.40 g; Błonnik pok.: 28.55 g; Sól: 7.76 g;		Wartość energetyczna: 2342.89 kcal; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 294.98 g; W tym cukry: 37.07 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 7.19 g;		Wartość energetyczna: 2894.89 kcal; Białko ogółem: 125.64 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 423.48 g; W tym cukry: 128.75 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 8.28 g;		Wartość energetyczna: 2004.76 kcal; Białko ogółem: 60.95 g; Tłuszcz: 44.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 346.19 g; W tym cukry: 90.56 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 5.27 g;				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołakowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 10 g
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	
2024-02-26 poniedziałek Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mix salat 10 g
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g						Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2730.70 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 66.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 462.28 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sól: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2686.56 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 459.01 g; W tym cukry: 83.09 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2446.81 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 373.15 g; W tym cukry: 72.80 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2420.87 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 389.46 g; W tym cukry: 101.63 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2407.47 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 325.83 g; W tym cukry: 35.81 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 3050.37 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 73.36 g; Kw. tł. nasy.: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 508.09 g; W tym cukry: 113.12 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2361.89 kcal; Białko ogółem: 69.21 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 407.88 g; W tym cukry: 63.16 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 4.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 80 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 70 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 70 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab klasyczny wp. z dodatkiem wody, wędzony, parzony 50 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab klasyczny wp. z dodatkiem wody, wędzony, parzony 40 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 70 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 140 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Buraczki gotowane plastry () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab klasyczny wp. z dodatkiem wody, wędzony, parzony 40 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g
PN	Drożdżówka z serem 80g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2778.39 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 419.77 g; W tym cukry: 94.91 g; Błonnik pok.: 39.92 g; Sól: 9.86 g;	Wartość energetyczna: 2703.44 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 431.45 g; W tym cukry: 97.85 g; Błonnik pok.: 35.82 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2624.08 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 61.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 425.35 g; W tym cukry: 85.74 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2451.27 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 394.85 g; W tym cukry: 93.18 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2492.64 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 367.52 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 42.71 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 3212.58 kcal; Białko ogółem: 141.10 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.24 g; Węglowodany ogółem: 489.28 g; W tym cukry: 130.62 g; Błonnik pok.: 38.80 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2100.08 kcal; Białko ogółem: 63.99 g; Tłuszcz: 50.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 361.45 g; W tym cukry: 95.64 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 5.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnikowa/Wątróbowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołakowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-02-28 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE, MLE,) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE, MLE,) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ryż na mleku 300 ml (MLE, MLE,)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE, MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ryż na mleku 300 ml (MLE, MLE,)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ryż na mleku 300 ml (MLE, MLE,) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Serek homo. naturalny 70 g (MLE, MLE,) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (MLE, MLE,) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ryż na mleku 300 ml (MLE, MLE,) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ,)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE, MLE,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE, MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE, MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, SOJ,) Ogórek świeży 50 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE, MLE,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, SOJ,) Pomidor 50 g		
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Eskalopka z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, MLE,) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL, SEL,) Ryż na sytko 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU PSZ,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (SOJ, SOJ,) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (SOJ, SOJ,) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (SOJ, SOJ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (SOJ, SOJ,) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (SOJ, SOJ,) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (SOJ, SOJ,) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, MLE,) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (SOJ, SOJ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, MLE,)							
	Wartość energetyczna: 2504.23 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; W tym cukry: 101.82 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2446.78 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 98.88 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2318.12 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 345.68 g; W tym cukry: 73.07 g; Błonnik pok.: 20.59 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 2394.84 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 372.92 g; W tym cukry: 95.46 g; Błonnik pok.: 20.70 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 2099.68 kcal; Białko ogółem: 108.00 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 296.91 g; W tym cukry: 43.81 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2854.58 kcal; Białko ogółem: 132.36 g; Tłuszcz: 68.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 429.86 g; W tym cukry: 131.02 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2103.06 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 52.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; W tym cukry: 59.91 g; Błonnik pok.: 16.63 g; Sól: 4.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wydź. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 10 g	
	II SN			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Mix salat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Mix salat 10 g			
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos własny () 60 ml (GLU PSZ, SEL.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z fasoli 70 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i koperkiem 80 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1 szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z fasoli 60 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i koperkiem 80 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 80 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Mandarynka 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt	Mandarynka 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2485.84 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 61.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 389.11 g; W tym cukry: 70.47 g; Błonnik pok.: 37.55 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2442.81 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; W tym cukry: 73.46 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2354.31 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 358.10 g; W tym cukry: 78.81 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2451.89 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 388.48 g; W tym cukry: 116.35 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2278.73 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 44.67 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2920.13 kcal; Białko ogółem: 131.66 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 421.28 g; W tym cukry: 103.95 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 1880.29 kcal; Białko ogółem: 62.39 g; Tłuszcz: 40.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; Węglowodany ogółem: 326.67 g; W tym cukry: 77.54 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sól: 5.19 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnika/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołakowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Gruszka 1szt. 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 10 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	
2024-03-01 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba (Miruna) w cieście 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 70 g (JAJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 70 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z koperkiem 70 g (JAJ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 140 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Pomidor 80 g
2024-03-01 piątek	PN	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt			Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2912.44 kcal; Białko ogółem: 94.76 g; Tłuszcz: 97.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 426.65 g; W tym cukry: 101.92 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2638.63 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 430.40 g; W tym cukry: 110.18 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2655.12 kcal; Białko ogółem: 98.64 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 422.96 g; W tym cukry: 106.09 g; Błonnik pok.: 30.11 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2540.63 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 388.80 g; W tym cukry: 75.40 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2191.14 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 311.86 g; W tym cukry: 46.33 g; Błonnik pok.: 39.81 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2987.51 kcal; Białko ogółem: 131.78 g; Tłuszcz: 78.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 448.19 g; W tym cukry: 109.49 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2065.22 kcal; Białko ogółem: 55.75 g; Tłuszcz: 48.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 362.86 g; W tym cukry: 75.69 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 4.99 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnik/Wątróbowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wydź. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ogórek świeży 80 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Banan 1 szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 70 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 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.) Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Salata zielona 10 g
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Słupki z marchewki 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek grani z koperkiem 50 g (MLE.) Słupki z marchewki 50 g		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Buraczki gotowane () drobno tarte 200 g	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Cukinia pieczona z olejem * 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor b/skórki 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 80 g (GLU PSZ, SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Salata zielona 10 g Cukinia pieczona z olejem * 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Marmoladka z jabłkiem 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Wafle ryżowe 30 g	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Wafle ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Wafle ryżowe 30 g	
		Wartość energetyczna: 2458.39 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 71.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2573.01 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 383.02 g; W tym cukry: 80.59 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2486.40 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 383.41 g; W tym cukry: 86.42 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2471.56 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 60.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; Węglowodany ogółem: 401.65 g; W tym cukry: 116.43 g; Błonnik pok.: 32.48 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2532.89 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 87.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 342.66 g; W tym cukry: 46.78 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 3021.28 kcal; Białko ogółem: 127.83 g; Tłuszcz: 89.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 437.72 g; W tym cukry: 114.18 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2127.12 kcal; Białko ogółem: 62.76 g; Tłuszcz: 55.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 356.24 g; W tym cukry: 71.31 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 4.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Niskotłuszcz ogr. błonnik/Wątrobowa/Trzustkowa	BB- W/R 4 Z ogr. sub. pob. wyd. sok. ziołkowych/Wr zodowa	BB- W/R 6 Cukrzycowa/Ubogowęglowodanowa	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN				Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Papryka świeża 50 g	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Salata strzępiasta zielona 10 g	
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g (PSZ.) Kapusta zasmażana () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 60 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Mandarynka 1 szt
PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)			Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)
	Wartość energetyczna: 2687.25 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 87.88 g; Kw. tł. nasy.: 45.07 g; Węglowodany ogółem: 363.42 g; W tym cukry: 75.00 g; Błonnik pok.: 47.44 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2470.23 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 348.34 g; W tym cukry: 69.09 g; Błonnik pok.: 36.04 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2282.92 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 353.87 g; W tym cukry: 73.59 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2407.70 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 387.96 g; W tym cukry: 102.15 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2163.83 kcal; Białko ogółem: 127.56 g; Tłuszcz: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; W tym cukry: 37.13 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 3026.07 kcal; Białko ogółem: 164.05 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 413.45 g; W tym cukry: 110.37 g; Błonnik pok.: 37.25 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2096.76 kcal; Białko ogółem: 63.72 g; Tłuszcz: 46.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 340.83 g; W tym cukry: 73.08 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sól: 4.24 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-02-19 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Salata zielona 10 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Salata zielona 10 g Marchew w plastrach () 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron 200 g (GLU PSZ) Szpinał gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100 g Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2723.62 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 386.28 g; W tym cukry: 93.47 g; Błonnik pok.: 43.83 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2470.61 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 357.81 g; W tym cukry: 69.16 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2331.92 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; W tym cukry: 53.19 g; Błonnik pok.: 42.94 g; Sól: 6.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-02-20 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata lodowa 10 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 5 g (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Papryka świeża 50 g
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pyszdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>)		Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW.</u>) Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2686.59 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 407.32 g; W tym cukry: 67.81 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2843.64 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 75.40 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 438.60 g; W tym cukry: 82.33 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2397.68 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 348.68 g; W tym cukry: 48.82 g; Błonnik pok.: 38.33 g; Sól: 7.03 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-02-21 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Salata zielona 10 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka świeża 50 g	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Sos pieczeniowy 120 ml (GLU PSZ) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, S02) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, S02) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (tilapia) i warzyw () 70 g (RYB, SEL) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (tilapia) i warzyw () 70 g (RYB, SEL) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (tilapia) i warzyw () 70 g (RYB, SEL) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)			
		Wartość energetyczna: 2590.11 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 90.10 g; Kw. tł. nasy.: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; W tym cukry: 69.77 g; Błonnik pok.: 34.31 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 2603.48 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 382.50 g; W tym cukry: 68.77 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2126.76 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 292.07 g; W tym cukry: 37.61 g; Błonnik pok.: 36.73 g; Sól: 9.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-02-22 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Mix салат 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>MLE.</u>) Mix салат 10 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Mix салат 10 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (). 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g	Ziemniaczana (). 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 400 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g	Ziemniaczana (). 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2857.76 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 96.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 407.49 g; W tym cukry: 81.91 g; Błonnik pok.: 43.64 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2726.15 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 92.37 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 377.67 g; W tym cukry: 71.87 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2332.60 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 83.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 315.05 g; W tym cukry: 42.59 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 7.08 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-02-23 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Mandarynka 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Słupki z marchewki 50 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba w cieście (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 70 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 3409.72 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 107.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 503.17 g; W tym cukry: 141.13 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 3284.37 kcal; Białko ogółem: 123.34 g; Tłuszcz: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 511.15 g; W tym cukry: 146.95 g; Błonnik pok.: 36.21 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2168.00 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; W tym cukry: 42.04 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 8.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-02-24 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Koperkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
		Wartość energetyczna: 2746.92 kcal; Białko ogółem: 126.58 g; Tłuszcz: 90.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 378.52 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2766.82 kcal; Białko ogółem: 126.07 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 386.98 g; W tym cukry: 87.73 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2418.62 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 317.10 g; W tym cukry: 42.13 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sól: 6.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-02-25 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (SOJ) Salata lodowa 10 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidor 80 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Wafelki Gimmi 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2728.52 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kw. tł. nasy.: 45.10 g; Węglowodany ogółem: 366.27 g; W tym cukry: 97.42 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2725.12 kcal; Białko ogółem: 116.81 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.77 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; W tym cukry: 100.25 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2342.89 kcal; Białko ogółem: 112.60 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.40 g; Węglowodany ogółem: 294.98 g; W tym cukry: 37.07 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sól: 7.19 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salata zielona 10 g Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Salata zielona 10 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazylkowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
	Wartość energetyczna: 2945.92 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 44.97 g; Węglowodany ogółem: 476.19 g; W tym cukry: 81.91 g; Błonnik pok.: 35.72 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2834.99 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.15 g; Węglowodany ogółem: 477.23 g; W tym cukry: 83.61 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2407.47 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 325.83 g; W tym cukry: 35.81 g; Błonnik pok.: 42.48 g; Sól: 7.26 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Salata zielona 10 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 70 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) i warzyw () 70 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 70 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g
	PN	Drożdżówka z serem 80g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt		Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Jabłko 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2941.22 kcal; Białko ogółem: 119.30 g; Tłuszcz: 89.27 g; Kw. tł. nasy.: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 434.69 g; W tym cukry: 96.94 g; Błonnik pok.: 42.35 g; Sól: 10.23 g;	Wartość energetyczna: 2886.28 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 76.27 g; Kw. tł. nasy.: 33.73 g; Węglowodany ogółem: 451.19 g; W tym cukry: 100.09 g; Błonnik pok.: 36.59 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2492.64 kcal; Białko ogółem: 111.47 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 367.52 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 42.71 g; Sól: 8.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-02-28 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 50 g	
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Eskalopka z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
		Wartość energetyczna: 2650.00 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 390.85 g; W tym cukry: 103.07 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2612.86 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 397.05 g; W tym cukry: 100.79 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2075.96 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 59.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 296.56 g; W tym cukry: 43.81 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sól: 6.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Mix салат 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE) Mix салат 10 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Mix салат 10 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego). 250 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z fasoli 70 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i koperkiem 80 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z fasoli 60 g Rzodkiew szatkowana z jogurtem i koperkiem 80 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ) Mandarynka 1 szt		Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Mandarynka 1 szt
	Wartość energetyczna: 2700.50 kcal; Białko ogółem: 122.11 g; Tłuszcz: 74.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 402.92 g; W tym cukry: 70.75 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2902.08 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 97.96 g; Kw. tł. nasy.: 39.23 g; Węglowodany ogółem: 406.73 g; W tym cukry: 80.18 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2278.73 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 44.67 g; Sól: 7.36 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Gruszka 1szt. 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
	II SN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Salata zielona 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 10 g
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba (Miruna) w cieście 120 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE. SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 70 g (JAJ. GOR.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (JAJ. MLE.) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem-dieta 70 g (JAJ. MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ. JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ. JAJ.) Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ. JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 3058.26 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 102.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 440.36 g; W tym cukry: 102.23 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2804.45 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz: 69.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 448.93 g; W tym cukry: 110.70 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2191.14 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 311.86 g; W tym cukry: 46.33 g; Błonnik pok.: 39.81 g; Sól: 7.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-03-02 sobota	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p> <p>Ogórek świeży 80 g</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p> <p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)</p> <p>Ogórek świeży 80 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>
		II ŚN	<p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Hummus 50 g (SEZ.)</p> <p>Słupki z marchewki 50 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Serek grani z koperkiem 50 g (MLE.)</p> <p>Słupki z marchewki 50 g</p>
	Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Ziemniaczana (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (). 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ.)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 400 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 400 ml</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 80 g</p>	<p>Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 400 ml</p>
	PN	<p>Wafle ryżowe 30 g</p> <p>Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)</p>	<p>Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)</p> <p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Pieczyno chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)</p> <p>Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)</p>
	<p>Wartość energetyczna: 2778.49 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 111.33 g; Tłuszcz: 94.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 385.41 g; W tym cukry: 81.10 g; Błonnik pok.: 36.95 g; Sól: 8.78 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2806.26 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.95 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 406.06 g; W tym cukry: 85.20 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 7.70 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2532.89 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 87.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 342.66 g; W tym cukry: 46.78 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 7.64 g;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 10 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	II ŚN	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Papryka świeża 50 g	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salata strzępiasta zielona 10 g	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Papryka świeża 50 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kapusta zasmażana () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2890.52 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 50.82 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2676.69 kcal; Białko ogółem: 136.09 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 369.64 g; W tym cukry: 72.59 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2163.83 kcal; Białko ogółem: 127.56 g; Tłuszcz: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 297.19 g; W tym cukry: 37.13 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sól: 7.21 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,