

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa					
2024-04-29 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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% 10 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor b/śkórki 80 g Kawa zbożowa z młkiem z/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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 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 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem 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>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z młkiem z/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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g					
2024-04-29 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane w plastrach () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt 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>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,3l 1 szt Buraczki gotowane w plastrach () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane w plastrach () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt
PN	Mini pasztecik z nadzieniem mięsnym 35g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2294.34 kcal; Białko ogółem: 79.61 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 379.51 g; W tym cukry: 71.55 g; Błonnik pok.: 42.60 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2499.58 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 414.95 g; W tym cukry: 85.31 g; Błonnik pok.: 40.11 g; Sól: 8.18 g;	Wartość energetyczna: 2406.09 kcal; Białko ogółem: 94.68 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 401.32 g; W tym cukry: 76.29 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2396.63 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 55.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 400.38 g; W tym cukry: 80.43 g; Błonnik pok.: 33.70 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2364.11 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 347.13 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 46.48 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 3026.70 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 494.90 g; W tym cukry: 117.61 g; Błonnik pok.: 41.84 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 2283.39 kcal; Białko ogółem: 63.59 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; Węglowodany ogółem: 407.07 g; W tym cukry: 97.76 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 5.64 g;					

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.zołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-04-30 wtorek	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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Rukola 10 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.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Rukola 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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Rukola 10 g	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.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Rukola 10 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.) Miod (25g) 1 szt Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata lodowa 10 g	
2024-04-30 wtorek	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 80 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek kiszony 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Marchew gotowana w plastry () 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Marchew gotowana w plastry () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek kiszony 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Marchew gotowana w plastry () 80 g
2024-04-30 wtorek	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus owocowy 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.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
		Wartość energetyczna: 2228.67 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 54.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 335.17 g; W tym cukry: 61.92 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2304.10 kcal; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 350.19 g; W tym cukry: 64.40 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2163.37 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 47.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.90 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; W tym cukry: 61.68 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2382.26 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 387.43 g; W tym cukry: 108.69 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 2035.72 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 279.30 g; W tym cukry: 31.69 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2650.41 kcal; Białko ogółem: 132.55 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 400.72 g; W tym cukry: 93.67 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 1956.64 kcal; Białko ogółem: 65.84 g; Tłuszcz: 35.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 348.70 g; W tym cukry: 48.03 g; Błonnik pok.: 19.72 g; Sól: 4.52 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.zołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Mix салат 10 g	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>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Mix салат 10 g	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% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Mix салат 10 g	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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 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>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Mix салат 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Mix салат 10 g Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	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>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	ISN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	
2024-05-01 środa Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ćwikła z chrzanem () 200 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 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 Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ćwikła z chrzanem b/c () 200 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor b/skórki 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 80 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
PN	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33 l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2798.18 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 85.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 404.44 g; W tym cukry: 89.60 g; Błonnik pok.: 35.76 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 2374.15 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 52.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; W tym cukry: 85.84 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2305.46 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 47.87 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 371.62 g; W tym cukry: 84.70 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2304.89 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 356.89 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2347.55 kcal; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; W tym cukry: 55.00 g; Błonnik pok.: 38.63 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2739.35 kcal; Białko ogółem: 132.31 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 430.14 g; W tym cukry: 116.52 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 1959.03 kcal; Białko ogółem: 59.94 g; Tłuszcz: 32.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.47 g; Węglowodany ogółem: 364.38 g; W tym cukry: 77.07 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 4.92 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 10 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 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 10 g 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% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</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>) Roszponka 10 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Mandarynka 2 szt
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 350 g (<u>SEL.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane plastry () 80 g Sałata zielona 10 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Sałata zielona 10 g
PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2567.77 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 411.80 g; W tym cukry: 101.20 g; Błonnik pok.: 42.28 g; Sól: 7.62 g;	Wartość energetyczna: 2744.80 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 422.44 g; W tym cukry: 103.66 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2438.29 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 391.10 g; W tym cukry: 98.74 g; Błonnik pok.: 25.61 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2450.36 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 401.06 g; W tym cukry: 101.91 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2656.73 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 84.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 379.26 g; W tym cukry: 60.52 g; Błonnik pok.: 47.36 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 3207.74 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 88.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 491.84 g; W tym cukry: 148.11 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 1990.19 kcal; Białko ogółem: 53.31 g; Tłuszcz: 38.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.71 g; Węglowodany ogółem: 367.25 g; W tym cukry: 84.71 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 5.50 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>)	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>) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	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% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)	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>) Dżem 60 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Roszponka 10 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	
2024-05-03 piątek Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Tilapia) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 120 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 60 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)						Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>) Biskopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
	Wartość energetyczna: 2763.28 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 419.62 g; W tym cukry: 140.49 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2581.31 kcal; Białko ogółem: 112.29 g; Tłuszcz: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 404.46 g; W tym cukry: 129.63 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2523.31 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 404.74 g; W tym cukry: 129.60 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2468.83 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 378.14 g; W tym cukry: 105.82 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2180.59 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 307.70 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2834.49 kcal; Białko ogółem: 132.08 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 430.75 g; W tym cukry: 137.45 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2045.80 kcal; Białko ogółem: 64.36 g; Tłuszcz: 45.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 352.73 g; W tym cukry: 82.80 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 4.44 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.zołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Ryż 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% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Ryż 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% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Mix салат 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Ryż 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 Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</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>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry () 50 g	
2024-05-04 sobota Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 80 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
PN	Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>)
	Wartość energetyczna: 2785.68 kcal; Białko ogółem: 118.07 g; Tłuszcz: 92.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 385.46 g; W tym cukry: 102.23 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2751.22 kcal; Białko ogółem: 122.30 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 403.26 g; W tym cukry: 121.70 g; Błonnik pok.: 31.83 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2693.80 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; Tłuszcz: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 406.50 g; W tym cukry: 122.14 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2742.63 kcal; Białko ogółem: 122.69 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 409.60 g; W tym cukry: 123.79 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 2477.97 kcal; Białko ogółem: 131.60 g; Tłuszcz: 79.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 42.29 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 3195.87 kcal; Białko ogółem: 144.70 g; Tłuszcz: 91.77 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 460.77 g; W tym cukry: 155.75 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2058.86 kcal; Białko ogółem: 63.56 g; Tłuszcz: 44.07 g; Kw. tł. nasy.: 14.83 g; Węglowodany ogółem: 365.29 g; W tym cukry: 95.22 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 5.73 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.zołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa		
2024-05-05 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g	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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g 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>)	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% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor b/śkórki 80 g 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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 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>) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	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>) Miod (25g) 1 szt Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	
		II ŚN				Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)		
		Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka Coleslaw b/c () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) 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 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana 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 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka Coleslaw b/c () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kotlety sojowe 60 g (<u>SOJ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 10 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane plastry () 80 g Sałata lodowa 10 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Buraczki gotowane plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 10 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Sałata lodowa 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g Sałata lodowa 10 g
PN	Mandarynka 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2498.40 kcal; Białko ogółem: 120.23 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 344.76 g; W tym cukry: 75.21 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2551.32 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 363.98 g; W tym cukry: 79.89 g; Błonnik pok.: 27.73 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2346.30 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 347.57 g; W tym cukry: 75.31 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2324.56 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 57.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 369.48 g; W tym cukry: 86.26 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2414.81 kcal; Białko ogółem: 143.23 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 289.16 g; W tym cukry: 49.68 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2990.37 kcal; Białko ogółem: 153.58 g; Tłuszcz: 83.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 416.72 g; W tym cukry: 108.88 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sól: 9.09 g;	Wartość energetyczna: 1927.03 kcal; Białko ogółem: 63.05 g; Tłuszcz: 31.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; Węglowodany ogółem: 356.73 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 4.58 g;		

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.zołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	
2024-05-06 poniedziałek	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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 80 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Pomidor 80 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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 80 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miod (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
		II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata lodowa 10 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Salata lodowa 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	
2024-05-06 poniedziałek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Gryskowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE.) Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 80 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE.) Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 80 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE.) Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
2024-05-06 poniedziałek	PN	Mini pasztecik z nadzieniem mięsnym 35g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Mandarynka 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2317.84 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 363.80 g; W tym cukry: 81.30 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2442.70 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 59.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 396.51 g; W tym cukry: 81.82 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2414.00 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 397.12 g; W tym cukry: 84.02 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2457.30 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 56.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 411.89 g; W tym cukry: 116.99 g; Błonnik pok.: 32.24 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2365.45 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 45.49 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2832.49 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 448.29 g; W tym cukry: 112.76 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2040.42 kcal; Białko ogółem: 57.66 g; Tłuszcz: 45.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.72 g; Węglowodany ogółem: 362.30 g; W tym cukry: 67.96 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 4.66 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</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>) 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>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g	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>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g	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% 10 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</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>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</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>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</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>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g	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>) Jabłko 1 szt 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	
2024-05-07 wtorek Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Eskalopka z kurczaka 120 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Polewica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Polewica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2538.75 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 90.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; W tym cukry: 74.08 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2408.90 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 65.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 367.89 g; W tym cukry: 85.13 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2333.79 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 372.14 g; W tym cukry: 86.99 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2351.85 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 365.62 g; W tym cukry: 85.96 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2345.57 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 87.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 294.23 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2900.01 kcal; Białko ogółem: 132.83 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 422.57 g; W tym cukry: 119.57 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2104.67 kcal; Białko ogółem: 62.81 g; Tłuszcz: 49.36 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 360.80 g; W tym cukry: 77.87 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 5.13 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) 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 JECZ.</u>) Sałata lodowa 10 g	Platki 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>) 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 JECZ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 10 g	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% 10 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 JECZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Sałata lodowa 10 g	Platki 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g	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>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 10 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 JECZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata lodowa 10 g	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>) Dżem 50 g Mandarynka 2 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>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mix sałat 10 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
2024-05-08 środa Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Buraczki gotowane w plasterach () 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane w plasterach () 80 g		Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Buraczki gotowane w plasterach () 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Buraczki gotowane w plasterach () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane w plasterach () 80 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Biskopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2564.53 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 392.89 g; W tym cukry: 92.84 g; Błonnik pok.: 35.94 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2470.14 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 381.26 g; W tym cukry: 92.06 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2432.74 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 381.23 g; W tym cukry: 92.03 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2357.08 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 357.60 g; W tym cukry: 90.59 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2219.08 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 323.67 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2842.84 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 73.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 430.29 g; W tym cukry: 121.06 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2031.56 kcal; Białko ogółem: 59.81 g; Tłuszcz: 46.18 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 354.84 g; W tym cukry: 95.51 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 6.32 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	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>) 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 (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	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% 10 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 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>) Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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 rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g 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>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałata zielona 10 g	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>) Miod (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g	
2024-05-09 czwartek Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp () - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp () - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Mandarynka 1 szt 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt		Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2530.33 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 73.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 357.80 g; W tym cukry: 68.78 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2488.55 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 382.78 g; W tym cukry: 91.83 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2430.01 kcal; Białko ogółem: 111.01 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; Węglowodany ogółem: 377.90 g; W tym cukry: 93.57 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2404.48 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 375.35 g; W tym cukry: 102.29 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2394.27 kcal; Białko ogółem: 119.38 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 317.36 g; W tym cukry: 38.62 g; Błonnik pok.: 40.82 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2864.79 kcal; Białko ogółem: 133.69 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 434.81 g; W tym cukry: 124.72 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 1963.35 kcal; Białko ogółem: 67.54 g; Tłuszcz: 36.22 g; Kw. tł. nasy.: 13.12 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g; W tym cukry: 47.00 g; Błonnik pok.: 19.89 g; Sól: 3.86 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.zołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g 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% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) 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 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 Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) 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>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g 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>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Pomidor 50 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Pomidor 50 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	
2024-05-10 piątek Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba smażona (Tilapia) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Tilapia) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Tilapia) 60 g (<u>RYB</u>) Makarony 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 80 g	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/śkórki 80 g	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Brokuł gotowany* 80 g
PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2621.18 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 388.04 g; W tym cukry: 112.78 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sól: 7.55 g;	Wartość energetyczna: 2452.38 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 391.71 g; W tym cukry: 121.39 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2339.34 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 380.74 g; W tym cukry: 118.25 g; Błonnik pok.: 28.68 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2282.98 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; W tym cukry: 99.88 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2141.15 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 296.50 g; W tym cukry: 60.20 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2794.03 kcal; Białko ogółem: 127.90 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 420.03 g; W tym cukry: 129.60 g; Błonnik pok.: 30.42 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2033.63 kcal; Białko ogółem: 64.40 g; Tłuszcz: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 93.45 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 4.82 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.zołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	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% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	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>) 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>) Papryka świeża 50 g Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plastry () 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	
2024-05-11 sobota Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ryż na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolejca	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt
PN	Drożdżówka mini 50g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>)
	Wartość energetyczna: 2489.52 kcal; Białko ogółem: 110.54 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 371.80 g; W tym cukry: 79.12 g; Błonnik pok.: 37.51 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2594.28 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 67.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 399.00 g; W tym cukry: 92.27 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2481.01 kcal; Białko ogółem: 118.93 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 373.98 g; W tym cukry: 82.96 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2513.05 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 381.77 g; W tym cukry: 92.34 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2393.01 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; W tym cukry: 39.58 g; Błonnik pok.: 42.18 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 2958.09 kcal; Białko ogółem: 129.58 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 449.27 g; W tym cukry: 120.88 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2015.86 kcal; Białko ogółem: 56.13 g; Tłuszcz: 46.18 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; Węglowodany ogółem: 354.63 g; W tym cukry: 75.97 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sól: 6.01 g;

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

	BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) 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 dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka 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 JECZ.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1szt Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka 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.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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.) Banan 1szt. 1szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Mandarynka 1szt
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Mix салат 10g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix салат 10g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.)	
2024-05-12 niedziela Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 100g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 100g 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 100g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 120g 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 50g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200g (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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50g Salata lodowa 20g Pomidor 80g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata lodowa 20g Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50g Pomidor 80g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50g Pomidor b/skórki 80g	Salata lodowa 20g Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50g Pomidor 80g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata lodowa 20g Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 80g Pomidor 80g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Salata lodowa 20g Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30g Salata zielona 10g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkoptowy b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)
	Wartość energetyczna: 2596.39 kcal; Białko ogółem: 110.35 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 394.75 g; W tym cukry: 107.78 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 8.72 g;	Wartość energetyczna: 2453.35 kcal; Białko ogółem: 123.68 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 379.41 g; W tym cukry: 96.65 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2237.63 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 339.87 g; W tym cukry: 70.03 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2261.93 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 55.53 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 346.66 g; W tym cukry: 82.03 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2143.50 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 296.64 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2807.37 kcal; Białko ogółem: 146.03 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 427.23 g; W tym cukry: 125.64 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 1845.81 kcal; Białko ogółem: 65.14 g; Tłuszcz: 34.93 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; Węglowodany ogółem: 320.64 g; W tym cukry: 52.48 g; Błonnik pok.: 15.53 g; Sól: 4.66 g;

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-04-29 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne 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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 10 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>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Rukola 10 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szczerb w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane w plastrach () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szczerb w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Papryka świeża 80 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt		Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2680.39 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 428.27 g; W tym cukry: 83.87 g; Błonnik pok.: 46.91 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2681.44 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 434.51 g; W tym cukry: 87.50 g; Błonnik pok.: 40.79 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2364.11 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 347.13 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 46.48 g; Sól: 8.12 g;

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-04-30 wtorek	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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Rukola 10 g	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.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Rukola 10 g	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Rukola 10 g
		II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Sałata lodowa 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.)
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek kiszony 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Marchew gotowana w plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 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.)
		Wartość energetyczna: 2377.59 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 349.78 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2473.01 kcal; Białko ogółem: 123.30 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 369.62 g; W tym cukry: 64.96 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2035.72 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 279.30 g; W tym cukry: 31.69 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 8.26 g;

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-05-01 środa	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Mix салат 10 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Mix салат 10 g</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Gruszka 1szt. 150 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Mix салат 10 g</p> <p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>
	II SN	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p>
	Obiad	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Ćwikła z chrzanem () 200 g (<u>MLE, SO2.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Ćwikła z chrzanem b/c () 200 g (<u>MLE, SO2.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>
	PN	<p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p>	<p>Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2946.31 kcal; Białko ogółem: 129.51 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 419.76 g; W tym cukry: 91.57 g; Błonnik pok.: 38.60 g; Sól: 9.39 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2542.29 kcal; Białko ogółem: 119.27 g; Tłuszcz: 57.94 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 398.90 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sól: 7.95 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2347.55 kcal; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; W tym cukry: 55.00 g; Błonnik pok.: 38.63 g; Sól: 8.23 g;</p>

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	
2024-05-02 czwartek	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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 80 g Roszponka 10 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor 80 g Roszponka 10 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>) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Serek naturalny Bieluch 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z selera i marchwi z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Ryz na sytko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Buraczki gotowane plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g
PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2908.97 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 85.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 447.38 g; W tym cukry: 115.93 g; Błonnik pok.: 47.47 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 3035.25 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 460.94 g; W tym cukry: 118.60 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2656.73 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 84.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; Węglowodany ogółem: 379.26 g; W tym cukry: 60.52 g; Błonnik pok.: 47.36 g; Sól: 7.50 g;	

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	
2024-05-03 piątek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne 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 Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p>	<p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p>
	II ŚN	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roszponka 10 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Roszponka 10 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roszponka 10 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>)</p>
	Obiad	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Tilapia) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>
	PN	<p>Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>		
	<p>Wartość energetyczna: 2891.15 kcal; Białko ogółem: 123.06 g; Tłuszcz: 81.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 432.92 g; W tym cukry: 140.77 g; Błonnik pok.: 38.18 g; Sól: 7.40 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2729.18 kcal; Białko ogółem: 120.85 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 422.58 g; W tym cukry: 130.12 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 6.88 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2180.59 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.22 g; Węglowodany ogółem: 307.70 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 37.35 g; Sól: 6.18 g;</p>	

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	
2024-05-04 sobota	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% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
		II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana w plastry () 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana w plastry () 50 g
2024-05-04 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane () 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
2024-05-04 sobota	PN	Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 180g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2984.11 kcal; Białko ogółem: 131.12 g; Tłuszcz: 100.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 405.86 g; W tym cukry: 107.47 g; Błonnik pok.: 38.42 g; Sól: 11.41 g;	Wartość energetyczna: 2969.65 kcal; Białko ogółem: 134.85 g; Tłuszcz: 86.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 428.49 g; W tym cukry: 127.16 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2477.97 kcal; Białko ogółem: 131.60 g; Tłuszcz: 79.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g; W tym cukry: 64.84 g; Błonnik pok.: 42.29 g; Sól: 8.84 g;

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-05-05 niedziela	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>
	II ŚN	<p>Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Roszonka 10 g</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p>
	Obiad	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Surówka Coleslaw b/c () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p> <p>Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g</p> <p>Surówka Coleslaw b/c () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Papryka świeża 80 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p> <p>Salata lodowa 10 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraczki gotowane plastry () 80 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p> <p>Salata lodowa 10 g</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Papryka świeża 80 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p> <p>Salata lodowa 10 g</p>
	PN	<p>Mandarynka 1 szt</p> <p>Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p>	<p>Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mandarynka 1 szt</p>
	<p>Wartość energetyczna: 2782.45 kcal; Białko ogółem: 148.33 g; Tłuszcz: 89.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.97 g; Węglowodany ogółem: 362.97 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 9.06 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2861.97 kcal; Białko ogółem: 152.55 g; Tłuszcz: 83.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 388.05 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 8.97 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2414.81 kcal; Białko ogółem: 143.23 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 289.16 g; W tym cukry: 49.68 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 8.65 g;</p>	

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-05-06 poniedziałek	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.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Pomidor 80 g	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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 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.) Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Pomidor 80 g
		II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Salata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Salata lodowa 10 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE.) Rzodkiew szatkowana z jogurtem i szczypiorkiem 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mini pasztecik z nadzieniem mięsny 35g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2482.92 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 378.76 g; W tym cukry: 83.32 g; Błonnik pok.: 37.74 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2627.79 kcal; Białko ogółem: 105.63 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 416.29 g; W tym cukry: 84.04 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2365.45 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 72.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; W tym cukry: 57.67 g; Błonnik pok.: 45.49 g; Sól: 7.63 g;

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	
2024-05-07 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</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>) 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>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 10 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</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>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Pomidor 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Eskalopka z kurczaka 120 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2762.12 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 104.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g; W tym cukry: 75.78 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2599.48 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 389.39 g; W tym cukry: 88.75 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 7.01 g;	Wartość energetyczna: 2345.57 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 87.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 294.23 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 6.40 g;	

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	
2024-05-08 środa	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Salata lodowa 10 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Salata lodowa 10 g</p>	<p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek homo z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Salata lodowa 10 g</p>
	II ŚN	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mix салат 10 g</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Mix салат 10 g</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g</p>	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g</p> <p>Mix салат 10 g</p>
Obiad	<p>Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos jarzynowy () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p> <p>Buraczki gotowane w plastrach () 80 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p> <p>Buraczki gotowane w plastrach () 80 g</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p> <p>Buraczki gotowane w plastrach () 80 g</p>
PN	<p>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p>	<p>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	
	<p>Wartość energetyczna: 2766.31 kcal; Białko ogółem: 124.40 g; Tłuszcz: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 411.69 g; W tym cukry: 105.23 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 8.55 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2625.97 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 399.60 g; W tym cukry: 92.55 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.28 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2219.08 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 64.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 323.67 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 37.88 g; Sól: 7.51 g;</p>	

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	
2024-05-09 czwartek	Śniadanie	<p>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>) 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 (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata zielona 10 g</p>	<p>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 rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata zielona 10 g</p>	<p>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 rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata zielona 10 g</p>
	II ŚN	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roszponka 10 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Roszponka 10 g Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>)</p>
	Obiad	<p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp () - dieta 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami* () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z fasoli () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt</p>
	PN	<p>Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	
		<p>Wartość energetyczna: 2692.19 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 372.54 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sól: 6.43 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2670.41 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 402.34 g; W tym cukry: 94.03 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 5.34 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2496.73 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 339.89 g; W tym cukry: 38.50 g; Błonnik pok.: 42.23 g; Sól: 6.47 g;</p>

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	
2024-05-10 piątek	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>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/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. naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba smażona (Tilapia) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryba pieczona (Tilapia) 100 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 80 g	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Brokuł gotowany* 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 2767.26 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 403.32 g; W tym cukry: 114.48 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2618.46 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 411.81 g; W tym cukry: 123.30 g; Błonnik pok.: 30.90 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2141.15 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 296.50 g; W tym cukry: 60.20 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 7.74 g;

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-05-11 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u> ,)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>OW</u> ,)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> ,)
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u> ,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> ,)	
Obiad	II ŚN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Hummus 50 g (<u>SEZ</u> ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> ,) Marchew gotowana plastry () 50 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Hummus 50 g (<u>SEZ</u> ,)
	Kolecja	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PN		Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiew biała 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Drożdżówka mini 50g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u> ,)	50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) 1,5% 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2774.69 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 86.50 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; W tym cukry: 82.03 g; Błonnik pok.: 40.89 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2793.21 kcal; Białko ogółem: 121.32 g; Tłuszcz: 74.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 423.86 g; W tym cukry: 96.12 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2393.01 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; W tym cukry: 39.56 g; Błonnik pok.: 42.18 g; Sól: 10.12 g;

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

	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-05-12, niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z makiem 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.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z makiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
	II ŚN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Mix салат 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix салат 10 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Mix салат 10 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) 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 koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 koperkiem gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Kolacja	Salata lodowa 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata lodowa 20 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2730.64 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 77.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 407.56 g; W tym cukry: 108.06 g; Błonnik pok.: 36.30 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2607.60 kcal; Białko ogółem: 132.24 g; Tłuszcz: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 397.05 g; W tym cukry: 97.14 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2143.50 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 296.64 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 8.83 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

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