

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, 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 mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki 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 mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki 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 mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki 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/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>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Sałata 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
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	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
	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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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
PN	Mini pasztecik z nadzieniem mięsny 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	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 Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2352.33 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 63.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; Węglowodany ogółem: 394.17 g; W tym cukry: 83.34 g; Błonnik pok.: 43.75 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: 415.26 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: 401.62 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: 347.26 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 46.48 g; Sól: 8.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g
	Obiad	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 120 ml (<u>GLUPSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos szpinakowy* 120 ml (<u>GLUPSZ.</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 80 g Makaron 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (<u>GLUPSZ.</u>)	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 Sos szpinakowy* 120 ml (<u>GLUPSZ.</u>)	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (<u>GLUPSZ.</u>)
	Kolacja	Rukola 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek świeży 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Rukola 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica 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	Rukola 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica 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 (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica 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	Rukola 10 g Chleb Graham 120 g (<u>GLUPSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek świeży 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2235.07 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 336.97 g; W tym cukry: 63.64 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 7.23 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: 2042.12 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 281.09 g; W tym cukry: 33.40 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sól: 6.89 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-05-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Sałatka wiosenna (.) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Sałatka wiosenna (.) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (.) 200 g Ćwikła z chrzanem (.) 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grycikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy (.) 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (.) 200 g Buraczki oprószone (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grycikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (.) 200 g Buraczki oprószone (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grycikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane (.) 200 g Ćwikła z chrzanem b/c (.) 200 g (MLE, SO2.) 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 Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (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 40 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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	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 40 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) 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
	PN	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2744.66 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 87.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 386.78 g; W tym cukry: 77.07 g; Błonnik pok.: 33.87 g; Sól: 9.22 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: 2319.19 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 53.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 358.38 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 2294.03 kcal; Białko ogółem: 118.49 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 322.26 g; W tym cukry: 42.47 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 8.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ. SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ. SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ. SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Roszponka 10 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ. SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ. SOJ.) Pomidor 80 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.)
	II ŚN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Hummus 50 g (SEZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
2024-05-30 czwartek Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 400 g (SEL.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) 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	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Buraczki gotowane plastry () 80 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Buraczki gotowane plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ. GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 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 (może zawierać: GLU PSZ. MLE. SEZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2409.47 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 56.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 389.98 g; W tym cukry: 90.02 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2625.63 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 414.14 g; W tym cukry: 95.62 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2319.12 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 46.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 382.79 g; W tym cukry: 90.69 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2450.36 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 401.36 g; W tym cukry: 101.91 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2498.43 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 357.43 g; W tym cukry: 49.33 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 7.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Twarożek 50 g (MLE.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Twarożek 50 g (MLE.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Roszponka 10 g
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2758.71 kcal; Białko ogółem: 121.65 g; Tłuszcz: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 407.33 g; W tym cukry: 138.75 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2584.52 kcal; Białko ogółem: 118.09 g; Tłuszcz: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 396.37 g; W tym cukry: 127.90 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2526.52 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 396.64 g; W tym cukry: 127.87 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2470.99 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 378.53 g; W tym cukry: 105.96 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2183.81 kcal; Białko ogółem: 120.89 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 299.60 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 36.36 g; Sól: 6.39 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Ryż na mleku 300 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor b/skórki 80 g Ryż na mleku 300 ml (MLE.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Ogórek kiszony z cebulką 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 Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) 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 Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) 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 Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) 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 Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
	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: 403.28 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: 2474.62 kcal; Białko ogółem: 129.10 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 309.58 g; W tym cukry: 49.36 g; Błonnik pok.: 38.26 g; Sól: 10.41 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, 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 Pomidor 80 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>GLUPSZ, 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>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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/skórki 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
	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>)
	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 z kapusty białej z koperkiem i 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 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 udzca 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 z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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	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 lodowa 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 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	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 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
	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	Pieczynko 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
	Wartość energetyczna: 2532.18 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 80.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; W tym cukry: 77.61 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2551.32 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 364.29 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: 2448.59 kcal; Białko ogółem: 143.05 g; Tłuszcz: 87.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 291.50 g; W tym cukry: 52.08 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 8.43 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żóławkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLUPSZ, SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata lodowa 10 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 120 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml			Chleb Graham 120 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mini pasztecik z nadzieniem mięsny 35g 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt
		Wartość energetyczna: 2371.96 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 369.52 g; W tym cukry: 83.85 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2508.99 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 404.38 g; W tym cukry: 85.14 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2480.29 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 404.98 g; W tym cukry: 87.35 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2383.91 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 376.22 g; W tym cukry: 84.41 g; Błonnik pok.: 34.13 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2419.58 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 347.61 g; W tym cukry: 60.21 g; Błonnik pok.: 47.73 g; Sól: 7.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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
2024-06-04 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pomidor 50 g
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Eskalopka z kurczaka 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka wiosenna (). 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka wiosenna (). 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2536.46 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 91.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 340.50 g; W tym cukry: 71.64 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 6.65 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: 2343.29 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; W tym cukry: 58.87 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 6.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Sałata lodowa 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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 JĘCZ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata lodowa 10 g
	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
	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 JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 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 JĘCZ.</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 JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 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 plastrach () 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 plastrach () 80 g		Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 70 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Buraczki gotowane w plastrach () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	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) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	1 szt	
	Wartość energetyczna: 2623.10 kcal; Białko ogółem: 105.27 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 402.39 g; W tym cukry: 103.23 g; Błonnik pok.: 39.29 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2490.24 kcal; Białko ogółem: 103.80 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 381.81 g; W tym cukry: 94.44 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2452.84 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; Węglowodany ogółem: 381.77 g; W tym cukry: 94.41 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 7.46 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: 2349.56 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 339.19 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 41.73 g; Sól: 8.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica 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>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica 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>) Połędwica 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>)
	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
	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
	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	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			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
	PN	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2527.33 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 356.90 g; W tym cukry: 71.78 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sól: 7.14 g;	Wartość energetyczna: 2485.55 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 57.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 381.88 g; W tym cukry: 94.83 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2427.01 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; Węglowodany ogółem: 377.00 g; W tym cukry: 96.57 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2401.48 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 374.45 g; W tym cukry: 105.29 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2391.27 kcal; Białko ogółem: 120.88 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; Węglowodany ogółem: 316.46 g; W tym cukry: 41.62 g; Błonnik pok.: 40.82 g; Sól: 6.69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-07 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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>) 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>)
	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>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 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 (Morszczuk) 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 (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty młodej 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 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 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>)
	Wartość energetyczna: 2677.30 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 81.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 388.34 g; W tym cukry: 117.00 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2495.80 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 391.71 g; W tym cukry: 122.39 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2382.76 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; Węglowodany ogółem: 380.74 g; W tym cukry: 119.25 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2301.26 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; W tym cukry: 100.88 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2205.05 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; W tym cukry: 64.44 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 6.96 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żółtkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, 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 Sałata zielona 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>GLUPSZ, 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>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 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>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>) Sałata zielona 10 g
	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>)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<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 PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, 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 PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka 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 Sałatka 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>) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<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
	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 Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiewka 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>GLUPSZ, 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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	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 Rzodkiewka 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g Mleko UHT 200 ml	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
		Wartość energetyczna: 2390.62 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 66.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; W tym cukry: 79.65 g; Błonnik pok.: 37.31 g; Sól: 8.18 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: 92.27 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: 2294.11 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; W tym cukry: 40.10 g; Błonnik pok.: 41.97 g; Sól: 10.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-09 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.żóławkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Kiwi 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>) Mix sałat 10 g Szynka krucha (z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Salata lodowa 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, 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 50 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata 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>) 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	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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor b/skórki 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pomidor b/skórki 80 g	Salata lodowa 10 g Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2524.13 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 382.67 g; W tym cukry: 99.97 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2450.95 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 378.98 g; W tym cukry: 96.50 g; Błonnik pok.: 22.04 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2235.23 kcal; Białko ogółem: 118.80 g; Tłuszcz: 47.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 339.44 g; W tym cukry: 69.88 g; Błonnik pok.: 20.81 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: 2053.00 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 279.20 g; W tym cukry: 37.79 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 8.09 g;	

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

		BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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>GLUPSZ. 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 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>GLUPSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>GLUPSZ. 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 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>GLUPSZ. 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 Sałata 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 Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	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	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 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>) Makarony 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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* 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	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 0,33l 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>GLUPSZ. 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ. 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>GLUPSZ. 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 Szprot 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: 3026.70 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 495.34 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: 407.24 g; W tym cukry: 97.76 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 2680.39 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 75.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 428.40 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: 434.82 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: 347.26 g; W tym cukry: 49.90 g; Błonnik pok.: 46.48 g; Sól: 8.12 g;

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

	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-05-28 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ., 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 JĘCZ.) Pomidor 80 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ., 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	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ., 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 JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ., 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 JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 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 b/c 300 ml (MLE., GLU ŻYT., GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)
		II ŚN	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	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.)	Chleb Graham 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 (GLUPSZ., 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 (GLUPSZ., 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	Solferino () 300 ml (GLUPSZ., 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 (GLUPSZ., 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 (GLUPSZ., 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	Rukola 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ., GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ., GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 20 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Rukola 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ., GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek świeży 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Rukola 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ., GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica 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 Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ., JAJ.)	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: 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;	Wartość energetyczna: 2383.99 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 351.58 g; W tym cukry: 63.98 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 7.53 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: 2042.12 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 281.09 g; W tym cukry: 33.40 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sól: 6.89 g;

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

	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Mix sałat 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Sałatka wiosenna (.). 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Mix sałat 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Sałatka wiosenna (.). 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)
Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Cwikła z chrzanem () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Cwikła z chrzanem b/c () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 50 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (GLU PSZ.) 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
PN	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	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;	Wartość energetyczna: 2892.79 kcal; Białko ogółem: 129.62 g; Tłuszcz: 92.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.57 g; Węglowodany ogółem: 402.10 g; W tym cukry: 79.03 g; Błonnik pok.: 36.71 g; Sól: 9.52 g;	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;	Wartość energetyczna: 2294.03 kcal; Białko ogółem: 118.49 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 322.26 g; W tym cukry: 42.47 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sól: 8.36 g;

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

	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
Śniadanie	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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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 SN	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		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	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
Obiad	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>) Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE.</u>) 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	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 Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE.</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>) Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE.</u>) 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>) Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, 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 plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	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>GLUPSZ, 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: 3088.57 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 78.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 483.66 g; W tym cukry: 140.07 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1990.19 kcal; Białko ogółem: 53.31 g; Tłuszcz: 38.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.71 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; W tym cukry: 84.71 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2750.67 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 425.55 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2916.08 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 77.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 452.63 g; W tym cukry: 110.56 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2498.43 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 357.43 g; W tym cukry: 49.33 g; Błonnik pok.: 36.23 g; Sól: 7.01 g;

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

	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Twarożek 50 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Twarożek 50 g (MLE.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 70 g (MLE.) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Roszponka 10 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Roszponka 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Roszponka 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Roszponka 10 g Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Morszczuk) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Morszczuk) 60 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ryż na sypko 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2845.99 kcal; Białko ogółem: 139.25 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 422.66 g; W tym cukry: 135.72 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2032.45 kcal; Białko ogółem: 67.44 g; Tłuszcz: 46.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.50 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; W tym cukry: 81.07 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 4.55 g;	Wartość energetyczna: 2886.59 kcal; Białko ogółem: 130.73 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 420.63 g; W tym cukry: 139.03 g; Błonnik pok.: 36.83 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2732.40 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 414.49 g; W tym cukry: 128.39 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2183.81 kcal; Białko ogółem: 120.89 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 299.60 g; W tym cukry: 64.29 g; Błonnik pok.: 36.36 g; Sól: 6.39 g;	

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

		BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Marchew gotowana plastry () 50 g		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Marchew gotowana w plastry () 50 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 180g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
		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;	Wartość energetyczna: 2960.88 kcal; Białko ogółem: 130.93 g; Tłuszcz: 99.13 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 401.91 g; W tym cukry: 105.08 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sól: 11.25 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: 2474.62 kcal; Białko ogółem: 129.10 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 309.58 g; W tym cukry: 49.36 g; Błonnik pok.: 38.26 g; Sól: 10.41 g;

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

		BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.)
	II ŚN	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)		Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 10 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 10 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Kotlety sojowe 60 g (SOJ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.)	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry () 80 g Sałata lodowa 10 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 Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Buraczki gotowane plastry () 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Mandarynka 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mandarynka 1 szt
	Wartość energetyczna: 2990.37 kcal; Białko ogółem: 153.58 g; Tłuszcz: 83.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 417.02 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: 356.91 g; W tym cukry: 73.22 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 4.58 g;	Wartość energetyczna: 2816.23 kcal; Białko ogółem: 148.15 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 365.31 g; W tym cukry: 77.89 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2861.97 kcal; Białko ogółem: 152.55 g; Tłuszcz: 83.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 388.35 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 28.46 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2448.59 kcal; Białko ogółem: 143.05 g; Tłuszcz: 87.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 291.50 g; W tym cukry: 52.08 g; Błonnik pok.: 34.87 g; Sól: 8.43 g;	

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

		BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-03 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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 JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukinia pieczona z olejem * 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Sałata zielona 10 g	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.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Sałata lodowa 10 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	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	Grycikowa () 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	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	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 100 g (MLE.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 70 g (MLE.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) 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.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ.) Mandarynka 1 szt	Mini pasztecik z nadzieniem mięsny 35g 1 szt (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mandarynka 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2898.77 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 456.37 g; W tym cukry: 116.08 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2123.21 kcal; Białko ogółem: 59.71 g; Tłuszcz: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 373.73 g; W tym cukry: 73.72 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 5.02 g;	Wartość energetyczna: 2537.05 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 77.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 384.70 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 39.98 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2694.07 kcal; Białko ogółem: 106.90 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 424.37 g; W tym cukry: 87.37 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2419.58 kcal; Białko ogółem: 106.65 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 347.61 g; W tym cukry: 60.21 g; Błonnik pok.: 47.73 g; Sól: 7.95 g;

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

	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g
II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.)		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pomidor 50 g
Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 60 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Eskalopka z kurczaka 120 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) 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 (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLUPSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 100 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka wiosenna (). 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka wiosenna (). 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	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: 2156.51 kcal; Białko ogółem: 63.22 g; Tłuszcz: 49.33 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 5.13 g;	Wartość energetyczna: 2759.84 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 105.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 356.25 g; W tym cukry: 73.35 g; Błonnik pok.: 31.40 g; Sól: 7.57 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: 2343.29 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 88.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; W tym cukry: 58.87 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 6.50 g;

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

	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-06-05 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Sałata lodowa 10 g	Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Sałata lodowa 10 g
		II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix sałat 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Mix sałat 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix sałat 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Buraczki gotowane w plastrach () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane w plastrach () 80 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 Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane w plastrach () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane w plastrach () 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 70 g (RYB, SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraczki gotowane w plastrach () 80 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
		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;	Wartość energetyczna: 2824.87 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 80.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 421.19 g; W tym cukry: 115.62 g; Błonnik pok.: 41.73 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2646.07 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 400.14 g; W tym cukry: 94.93 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 8.38 g;	Wartość energetyczna: 2349.56 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 339.19 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 41.73 g; Sól: 8.31 g;

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

	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-06-06 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Roszponka 10 g		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Roszponka 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Roszponka 10 g Twarożek 50 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Roszponka 10 g Twarożek 50 g (MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp () - dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 60 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp () - dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 80 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Banan 1 szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 30 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z fasoli () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 40 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1 szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z fasoli () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mandarynka 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2861.79 kcal; Białko ogółem: 135.19 g; Tłuszcz: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 433.91 g; W tym cukry: 127.72 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sól: 6.50 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;	Wartość energetyczna: 2689.19 kcal; Białko ogółem: 127.37 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 371.64 g; W tym cukry: 73.76 g; Błonnik pok.: 38.28 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2667.41 kcal; Białko ogółem: 124.71 g; Tłuszcz: 64.60 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 401.44 g; W tym cukry: 97.03 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2493.73 kcal; Białko ogółem: 123.22 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; W tym cukry: 41.50 g; Błonnik pok.: 42.23 g; Sól: 7.48 g;	

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

		BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-07 piątek	Sniadanie	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>) 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 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	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	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>)		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 pieczona (Morszczuk) 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 (Morszczuk) 60 g (<u>RYB.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 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 (Morszczuk) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	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	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 Brokuł gotowany* 80 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		1 szt
		Wartość energetyczna: 2845.73 kcal; Białko ogółem: 136.56 g; Tłuszcz: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 420.03 g; W tym cukry: 130.60 g; Błonnik pok.: 29.92 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2060.48 kcal; Białko ogółem: 68.98 g; Tłuszcz: 45.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 94.45 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2823.38 kcal; Białko ogółem: 123.11 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 403.62 g; W tym cukry: 118.70 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2661.88 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 411.81 g; W tym cukry: 124.30 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 2205.05 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; W tym cukry: 64.44 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 6.96 g;

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

		BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-08 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Marchew gotowana plastry () 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)		Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Marchew gotowana plastry () 50 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa () 100 g (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa () 250 g (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Południca 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	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 80 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiewka 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Południca 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	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Rzodkiewka 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		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;	Wartość energetyczna: 2675.79 kcal; Białko ogółem: 100.77 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 389.40 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 40.68 g; Sól: 9.27 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: 2294.11 kcal; Białko ogółem: 100.92 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; W tym cukry: 40.10 g; Błonnik pok.: 41.97 g; Sól: 10.25 g;

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

		BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-09 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 50 g Mandarynka 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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 mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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 mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix sałat 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.)		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 sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix sałat 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 sałat 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 50 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Salata lodowa 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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	Salata lodowa 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata lodowa 10 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 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, 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	Salata lodowa 10 g Chleb Graham 120 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
	PN	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 Biszkopty b/m 30 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2804.97 kcal; Białko ogółem: 145.82 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 426.79 g; W tym cukry: 125.49 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 1843.41 kcal; Białko ogółem: 64.93 g; Tłuszcz: 34.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.98 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; W tym cukry: 52.33 g; Błonnik pok.: 15.32 g; Sól: 4.66 g;	Wartość energetyczna: 2658.38 kcal; Białko ogółem: 118.19 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 395.49 g; W tym cukry: 100.25 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2605.20 kcal; Białko ogółem: 132.03 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 396.61 g; W tym cukry: 96.99 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2053.00 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 279.20 g; W tym cukry: 37.79 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 8.09 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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