

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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.żółkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-04-28 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomarańcza 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomarańcza 150 g	
	Obiad	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 120 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 120 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 120 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 120 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 120 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pulpet z kurczaka + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy dieta + 120 g (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2795.98 kcal; Białko ogółem: 111.25 g; Tłuszcz: 95.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sól: 12.77 g;	Wartość energetyczna: 2609.91 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 337.33 g; W tym cukry: 73.51 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 12.80 g;	Wartość energetyczna: 2494.14 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 63.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 334.80 g; W tym cukry: 71.01 g; Błonnik pok.: 25.70 g; Sól: 10.84 g;	Wartość energetyczna: 2565.43 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; W tym cukry: 70.79 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 10.81 g;	Wartość energetyczna: 2594.60 kcal; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 85.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 306.77 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 3057.61 kcal; Białko ogółem: 131.67 g; Tłuszcz: 84.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 410.42 g; W tym cukry: 89.15 g; Błonnik pok.: 32.37 g; Sól: 15.70 g;	Wartość energetyczna: 2192.97 kcal; Białko ogółem: 68.97 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 364.57 g; W tym cukry: 80.39 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 10.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-04-29 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) 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 zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Miod (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II SN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 50 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 50 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos pieczeniowy + 120 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 120 g (SOJ, MLE) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 120 g (SOJ, MLE) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 120 g (SOJ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 120 g (SOJ, MLE) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 120 g (SOJ, MLE) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny dieta + 120 g (SOJ, MLE) Makaron 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wieprzowy z warzywami + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.) Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.) Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wieprzowy z warzywami + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.) Rukola 10 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL.) Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2718.41 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 105.98 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 71.71 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 11.60 g;	Wartość energetyczna: 2466.67 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 76.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 347.00 g; W tym cukry: 72.72 g; Błonnik pok.: 25.18 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 2353.51 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 345.04 g; W tym cukry: 68.27 g; Błonnik pok.: 22.93 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2283.38 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 332.28 g; W tym cukry: 72.09 g; Błonnik pok.: 24.82 g; Sól: 10.84 g;	Wartość energetyczna: 2460.68 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 105.83 g; Kw. tł. nasy.: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 278.29 g; W tym cukry: 40.94 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 12.86 g;	Wartość energetyczna: 2766.98 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 89.03 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 373.60 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 13.90 g;	Wartość energetyczna: 2009.09 kcal; Białko ogółem: 60.70 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 319.62 g; W tym cukry: 57.21 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 8.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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.żółąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-04-30 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Gruszka 1 szt. 150 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt. 1 szt Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Mix салат 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 10 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt. 1 szt Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Mix салат 10 g Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II SN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko 1 szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ryż na sypko 100 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Drynna pieczona + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	BN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)		Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2501.37 kcal; Białko ogółem: 120.90 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 357.87 g; W tym cukry: 105.79 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sól: 11.92 g;	Wartość energetyczna: 2487.95 kcal; Białko ogółem: 116.75 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 354.16 g; W tym cukry: 104.49 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 11.22 g;	Wartość energetyczna: 2328.60 kcal; Białko ogółem: 115.59 g; Tłuszcz: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; W tym cukry: 102.66 g; Błonnik pok.: 28.24 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2535.37 kcal; Białko ogółem: 115.60 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 358.17 g; W tym cukry: 107.54 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 11.13 g;	Wartość energetyczna: 2407.65 kcal; Białko ogółem: 126.08 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 332.61 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 44.57 g; Sól: 12.22 g;	Wartość energetyczna: 2721.45 kcal; Białko ogółem: 127.67 g; Tłuszcz: 81.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 382.89 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sól: 14.16 g;	Wartość energetyczna: 2146.05 kcal; Białko ogółem: 66.33 g; Tłuszcz: 57.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 350.44 g; W tym cukry: 106.09 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sól: 8.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-01 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 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>)	Zacierka 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>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 70 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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, 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>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 70 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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, 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>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 70 g (<u>MLE, SEL.</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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 40 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 10 g
	II SN					Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Sałata zielona 10 g	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bułki wielowarzynna z olejem b/c + 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wedz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wedz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wedz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wedz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wedz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wedz.parz. 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wedz.parz. 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 3064.65 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 114.57 g; Kw. tł. nasy.: 45.59 g; Węglowodany ogółem: 367.67 g; W tym cukry: 84.73 g; Błonnik pok.: 29.63 g; Sól: 13.42 g;	Wartość energetyczna: 2732.59 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 69.62 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 398.42 g; W tym cukry: 93.90 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 2657.79 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 398.35 g; W tym cukry: 93.84 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 12.32 g;	Wartość energetyczna: 2906.24 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 407.60 g; W tym cukry: 96.70 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 12.95 g;	Wartość energetyczna: 2673.42 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 102.42 g; Kw. tł. nasy.: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 309.04 g; W tym cukry: 41.75 g; Błonnik pok.: 38.36 g; Sól: 13.49 g;	Wartość energetyczna: 3219.40 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 81.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 425.99 g; W tym cukry: 95.33 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sól: 16.12 g;	Wartość energetyczna: 2117.99 kcal; Białko ogółem: 59.98 g; Tłuszcz: 53.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; Węglowodany ogółem: 331.32 g; W tym cukry: 80.24 g; Błonnik pok.: 32.36 g; Sól: 10.77 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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.żołakowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-02 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek + 70 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 30 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Mix sałat 10 g	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Kotlet z miruny 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Miruna pieczona w posypce ziołowej 100g + 100 g (RYB) Sos grecki + 120 g (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Miruna pieczona w posypce ziołowej 100g + 100 g (RYB) Sos grecki + 120 g (SEL) Szpinak gotowany z olejem + 200 g 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 Miruna pieczona w posypce ziołowej 100g + 100 g (RYB) Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Miruna pieczona w posypce ziołowej 100g + 100 g (RYB) Sos grecki + 120 g (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Miruna pieczona w posypce ziołowej 100g + 100 g (RYB) Sos grecki + 120 g (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL) Miruna pieczona w posypce ziołowej 70g + 70 g (RYB) Sos grecki + 120 g (SEL) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ) Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki + 30 g (JAJ, MLE) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml
	PN	Mus jabłko, mango, banan, jagły 100g 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)						Mus jabłko, mango, banan, jagły 100g 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)
		Wartość energetyczna: 2483.98 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; W tym cukry: 99.22 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sól: 9.22 g;	Wartość energetyczna: 2554.17 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 342.34 g; W tym cukry: 96.28 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 10.55 g;	Wartość energetyczna: 2390.98 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g; W tym cukry: 95.70 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 10.98 g;	Wartość energetyczna: 2369.30 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; Węglowodany ogółem: 337.27 g; W tym cukry: 86.59 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2332.49 kcal; Białko ogółem: 119.94 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 292.20 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 38.02 g; Sól: 10.15 g;	Wartość energetyczna: 2767.09 kcal; Białko ogółem: 130.33 g; Tłuszcz: 90.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 368.07 g; W tym cukry: 96.77 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 13.40 g;	Wartość energetyczna: 1920.24 kcal; Białko ogółem: 65.01 g; Tłuszcz: 59.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 288.01 g; W tym cukry: 65.40 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 7.62 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-03 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 20 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (SOJ, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Papryka świeża 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Ryż na mleku 300 ml (MLE, GLU PSZ,) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 20 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (SOJ, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (SOJ, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Pomidor 80 g Ryż na mleku 300 ml (MLE, GLU PSZ,)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (SOJ, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Pomidor b/skórki 80 g Ryż na mleku 300 ml (MLE, GLU PSZ,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (SOJ, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Papryka świeża 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 20 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (SOJ, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Pomidor 80 g Ryż na mleku 300 ml (MLE, GLU PSZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Dżem 50 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE, GLU PSZ,) Sałata lodowa 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE, GLU PSZ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE, GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE, GLU PSZ,) Sałata lodowa 10 g	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Ogórek kiszony z cebulką + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml		Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Ogórek kiszony z cebulką + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL,) Gulasz wieprzowy z warzywami + 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ, GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR,) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Pomarańcza 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT,) Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)
		Wartość energetyczna: 2702.54 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 92.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 376.02 g; W tym cukry: 106.24 g; Błonnik pok.: 37.49 g; Sól: 18.02 g;	Wartość energetyczna: 2614.96 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 387.64 g; W tym cukry: 122.62 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 11.52 g;	Wartość energetyczna: 2437.09 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 377.47 g; W tym cukry: 122.84 g; Błonnik pok.: 32.19 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2509.64 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 72.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 377.10 g; W tym cukry: 122.70 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2380.48 kcal; Białko ogółem: 113.89 g; Tłuszcz: 89.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 297.85 g; W tym cukry: 50.50 g; Błonnik pok.: 41.62 g; Sól: 17.57 g;	Wartość energetyczna: 2856.56 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw. tł. nasy.: 38.76 g; Węglowodany ogółem: 415.37 g; W tym cukry: 124.76 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 13.92 g;	Wartość energetyczna: 1975.66 kcal; Białko ogółem: 55.30 g; Tłuszcz: 47.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 343.16 g; W tym cukry: 90.57 g; Błonnik pok.: 31.53 g; Sól: 9.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-04 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Pomidor 80 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Pomidor b/skórki 80 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Pomidor 80 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN					Hummus 50 g (SEZ,) Rukola 10 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Rukola 10 g Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,)	
	Obiad	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL,) Makaron nitka 55 g (GLU PSZ,) Udko z kurczaka pieczone + 150 g (SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Coleslaw + 200 g (JAJ, MLE, GOR, SO2,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL,) Makaron nitka 55 g (GLU PSZ,) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL,) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL,) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL,) Makaron nitka 55 g (GLU PSZ,) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z marchwią + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL,) Makaron nitka 55 g (GLU PSZ,) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Makaron 200 g (GLU PSZ,) Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (MLE,) Buraki gotowane słupki + 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (MLE,) Buraki gotowane słupki + 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraki gotowane słupki + 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (MLE,) Buraki gotowane słupki + 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (MLE,) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Sałata lodowa 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem + 40 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Buraki gotowane słupki + 80 g Sałata lodowa 10 g
PN	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2521.27 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 342.53 g; W tym cukry: 88.86 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 11.80 g;	Wartość energetyczna: 2443.36 kcal; Białko ogółem: 115.68 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; W tym cukry: 89.28 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 11.17 g;	Wartość energetyczna: 2202.57 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 345.99 g; W tym cukry: 82.40 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 10.21 g;	Wartość energetyczna: 2281.82 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; W tym cukry: 84.04 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2441.12 kcal; Białko ogółem: 127.86 g; Tłuszcz: 97.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 279.24 g; W tym cukry: 54.33 g; Błonnik pok.: 36.66 g; Sól: 11.65 g;	Wartość energetyczna: 2648.14 kcal; Białko ogółem: 126.60 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 380.14 g; W tym cukry: 89.93 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 14.37 g;	Wartość energetyczna: 1971.98 kcal; Białko ogółem: 58.91 g; Tłuszcz: 42.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 348.65 g; W tym cukry: 60.30 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 5.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-05 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Pomidor b/skórki 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2) Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II SN				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pomarańcza 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Pomarańcza 150 g Masło extra 82% 5 g (MLE)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Kokosowy dhał z czerwoną soczewicą + 250 g (MLE, GOR) Fasolka szparagowa żółta + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 250 g (SOJ, MLE, SEL) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 250 g (SOJ, MLE, SEL) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ryż na sypko 200 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 250 g (SOJ, MLE, SEL) Marchew talarki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kokosowy dhał z czerwoną soczewicą + 250 g (MLE, GOR) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 250 g (SOJ, MLE, SEL) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL) Ryż na sypko 200 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 250 g (SOJ, MLE, SEL) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wołowo-drobiowy + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ogórek kiszony 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (SEL) Marchew talarki gotowane + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Marchew talarki gotowane + 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Pomidor b/skórki 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wołowo-drobiowy + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ogórek kiszony 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g (SEL) Marchew talarki gotowane + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Marchew talarki gotowane + 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 40 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	BN	Mini pasztecik z nadzieniem mięsnym 35g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2490.51 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 373.18 g; W tym cukry: 80.54 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2431.11 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 377.85 g; W tym cukry: 90.36 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2346.64 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 375.36 g; W tym cukry: 88.33 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 9.61 g;	Wartość energetyczna: 2388.71 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 375.48 g; W tym cukry: 90.55 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2542.73 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 90.51 g; Kw. tł. nasy.: 41.28 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 13.82 g;	Wartość energetyczna: 2827.96 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 86.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 424.01 g; W tym cukry: 106.39 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sól: 13.06 g;	Wartość energetyczna: 2086.75 kcal; Białko ogółem: 64.51 g; Tłuszcz: 58.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 76.37 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 8.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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.żołakówch	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-06 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II śN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Masło extra 82% 5 g (MLE.)	
	Obiad	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos cygański + 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śurówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 120 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Śurówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 120 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 70 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Makaron 100 g (GLU PSZ.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolejka	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 80 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2540.27 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 91.96 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 12.41 g;	Wartość energetyczna: 2599.82 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 86.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 355.33 g; W tym cukry: 85.69 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 12.34 g;	Wartość energetyczna: 2425.99 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; Węglowodany ogółem: 357.64 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 11.29 g;	Wartość energetyczna: 2391.97 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 348.00 g; W tym cukry: 82.95 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 2533.18 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 94.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 313.64 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 40.06 g; Sól: 11.91 g;	Wartość energetyczna: 2932.07 kcal; Białko ogółem: 123.63 g; Tłuszcz: 95.74 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 401.51 g; W tym cukry: 102.63 g; Błonnik pok.: 30.10 g; Sól: 15.36 g;	Wartość energetyczna: 2146.57 kcal; Białko ogółem: 60.46 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 342.14 g; W tym cukry: 76.04 g; Błonnik pok.: 21.51 g; Sól: 8.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-07 środa	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Sałata lodowa 10 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 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II SN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix sałat 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 50 g (MLE.) Cukinia gotowana + 200 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Kalafor gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany + 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Kalafor gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 80 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany + 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany + 80 g
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)
		Wartość energetyczna: 2665.48 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 377.45 g; W tym cukry: 108.66 g; Błonnik pok.: 38.93 g; Sól: 11.98 g;	Wartość energetyczna: 2514.84 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 72.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 366.77 g; W tym cukry: 106.69 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 10.65 g;	Wartość energetyczna: 2429.39 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; W tym cukry: 106.64 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2351.57 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; W tym cukry: 105.10 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2494.03 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 83.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 314.58 g; W tym cukry: 66.80 g; Błonnik pok.: 41.37 g; Sól: 11.73 g;	Wartość energetyczna: 2900.80 kcal; Białko ogółem: 111.50 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 394.36 g; W tym cukry: 107.65 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sól: 13.63 g;	Wartość energetyczna: 2044.43 kcal; Białko ogółem: 61.60 g; Tłuszcz: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 347.09 g; W tym cukry: 82.48 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 9.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-08 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Twarożek + 50 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek + 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Sos boloński z wieprzowiną + 200 g (SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Sos boloński z wieprzowiną + 200 g (SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 100 g (SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
RN		Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt (MLE)	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2637.10 kcal; Białko ogółem: 121.94 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 355.49 g; W tym cukry: 95.61 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sól: 14.84 g;	Wartość energetyczna: 2683.24 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 394.56 g; W tym cukry: 128.69 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 2606.21 kcal; Białko ogółem: 119.74 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 398.84 g; W tym cukry: 128.26 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 11.02 g;	Wartość energetyczna: 2485.54 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 366.45 g; W tym cukry: 122.65 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2552.17 kcal; Białko ogółem: 127.01 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 327.65 g; W tym cukry: 79.94 g; Błonnik pok.: 46.66 g; Sól: 14.60 g;	Wartość energetyczna: 3005.44 kcal; Białko ogółem: 134.57 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 442.86 g; W tym cukry: 147.46 g; Błonnik pok.: 33.93 g; Sól: 15.71 g;	Wartość energetyczna: 2065.70 kcal; Białko ogółem: 62.99 g; Tłuszcz: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 361.62 g; W tym cukry: 70.77 g; Błonnik pok.: 28.64 g; Sól: 9.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R 1 Podstawowa	BB- W/R 2 Łatwo strawna	BB- W/R 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R 4 Z ogr.sub.pob.wydz.sok.żołąkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-09 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z cynamonem + 70 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z cynamonem + 70 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Dżem 60 g Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Dżem 60 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Twarożek z cynamonem + 70 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z cynamonem + 70 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z cynamonem b/c + 70 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z cynamonem + 100 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.) Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 60 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Morszczuk smażony 120g + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Morszczuk pieczony 100g + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 120 g (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk pieczony 100g + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 120 g (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Morszczuk pieczony 100g + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 120 g (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Morszczuk pieczony 100g + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Morszczuk pieczony 100g + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 120 g (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JĘCZ.) Morszczuk pieczony 70g + 70 g (RYB.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Warzywa po grecku + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolejca	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE) Brokuł gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE) Brokuł gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 50 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany + 80 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 60 g (SOJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (JAJ, MLE) Brokuł gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Brokuł gotowany + 80 g	Salata zielona 10 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Brokuł gotowany + 80 g Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (JAJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Mus- przeciw owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2683.33 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 81.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 389.34 g; W tym cukry: 103.89 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 11.01 g;	Wartość energetyczna: 2744.47 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 387.82 g; W tym cukry: 111.14 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 9.50 g;	Wartość energetyczna: 2525.06 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 389.11 g; W tym cukry: 110.38 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 10.71 g;	Wartość energetyczna: 2569.43 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 363.39 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 2339.35 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 48.55 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 12.00 g;	Wartość energetyczna: 2961.74 kcal; Białko ogółem: 125.67 g; Tłuszcz: 98.29 g; Kw. tł. nasy.: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 397.37 g; W tym cukry: 93.69 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 13.23 g;	Wartość energetyczna: 2121.40 kcal; Białko ogółem: 67.28 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 344.51 g; W tym cukry: 87.16 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 7.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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.żółkowych	BB- W/R 6 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-10 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata zielona 10 g
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 50 g Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.)	
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kociołek z kurczaka meksykański + 150 g (MLE.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 250 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Ryżowa 300 ml (MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 250 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kociołek z kurczaka meksykański + 150 g (MLE.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 250 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2391.14 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 341.07 g; W tym cukry: 91.35 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 10.10 g;	Wartość energetyczna: 2675.99 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 74.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 407.42 g; W tym cukry: 129.25 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 11.32 g;	Wartość energetyczna: 2601.19 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 407.35 g; W tym cukry: 129.19 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sól: 11.32 g;	Wartość energetyczna: 2516.24 kcal; Białko ogółem: 112.27 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 386.36 g; W tym cukry: 127.47 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2206.51 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 40.20 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 3057.56 kcal; Białko ogółem: 135.93 g; Tłuszcz: 89.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 452.47 g; W tym cukry: 134.97 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 15.27 g;	Wartość energetyczna: 2017.91 kcal; Białko ogółem: 53.28 g; Tłuszcz: 46.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 360.36 g; W tym cukry: 95.79 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sól: 8.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-28 do dnia 2025-05-11 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	BB- W/R 9 Bogatobiałkowa	BB- W/R 10 Niskobiałkowa
2025-05-11 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Dżem 50 g Sałata zielona 10 g
	II ŚN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Mix салат 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix салат 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	
	Obiad	Zupa fasolowa z kielbasą + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Schab pieczony cały + 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony cały + 100 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Makarony 200 g (GLU PSZ.) Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Schab pieczony cały + 70 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Makarony 200 g (GLU PSZ.) Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 70 g (MLE.) Kiwi 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 70 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (MLE.) Kiwi 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 40 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2359.80 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 345.32 g; W tym cukry: 74.37 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 2377.46 kcal; Białko ogółem: 105.65 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; W tym cukry: 81.82 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2196.65 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; W tym cukry: 79.21 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2270.80 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; W tym cukry: 79.17 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2462.58 kcal; Białko ogółem: 133.92 g; Tłuszcz: 95.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 280.30 g; W tym cukry: 44.71 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 12.14 g;	Wartość energetyczna: 2623.26 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 375.44 g; W tym cukry: 82.31 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 12.67 g;	Wartość energetyczna: 2097.28 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 336.60 g; W tym cukry: 69.84 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sól: 7.19 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-04-28 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Biesiadna-szynka w/wędz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u>, <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Biesiadna-szynka w/wędz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Biesiadna-szynka w/wędz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 80 g Szpinak baby 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU ŻYT</u>, <u>GLU JECZ.</u>)
	II śN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 150 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 150 g
	Obiad	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pulpet z kurczaka + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 70 g (<u>RYB, SEL.</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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 3031.68 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; Tłuszcz: 103.18 g; Kw. tł. nasy.: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 367.74 g; W tym cukry: 95.95 g; Błonnik pok.: 37.84 g; Sól: 13.09 g;	Wartość energetyczna: 2865.61 kcal; Białko ogółem: 124.82 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 373.47 g; W tym cukry: 88.55 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 13.13 g;	Wartość energetyczna: 2594.60 kcal; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 85.70 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 306.77 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sól: 11.39 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-04-29 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 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 zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	II SN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 50 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 50 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Zielona pasta jajeczna + 50 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy + 120 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Makaron 200 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos własny dieta + 120 g (SOJ) Makaron 200 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Roladka wieprzowa z warzywami, pieczona + 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Sos własny dieta + 120 g (SOJ) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wieprzowy z warzywami + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ogórek kiszony 80 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (SEL) Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wieprzowy z warzywami + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL) Ogórek kiszony 80 g Rukola 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
		Wartość energetyczna: 2895.22 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 116.02 g; Kw. tł. nasy.: 46.11 g; Węglowodany ogółem: 354.69 g; W tym cukry: 72.63 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 12.33 g;	Wartość energetyczna: 2663.48 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; Tłuszcz: 86.62 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 365.50 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 11.17 g;	Wartość energetyczna: 2460.68 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 105.83 g; Kw. tł. nasy.: 40.31 g; Węglowodany ogółem: 278.29 g; W tym cukry: 40.94 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sól: 12.86 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2025-04-30 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek truskawkowy + 70 g (MLE.) Mix sałat 10 g Jabłko 1 szt 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.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 10 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II SN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SÓJ, MLE, SEL, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SÓJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SÓJ, MLE, SEL, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	BN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)
		Wartość energetyczna: 2725.55 kcal; Białko ogółem: 130.05 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 389.60 g; W tym cukry: 121.33 g; Błonnik pok.: 41.43 g; Sól: 12.75 g;	Wartość energetyczna: 2667.45 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 79.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 374.79 g; W tym cukry: 107.21 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sól: 12.06 g;	Wartość energetyczna: 2407.65 kcal; Białko ogółem: 126.08 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 332.61 g; W tym cukry: 88.82 g; Błonnik pok.: 44.57 g; Sól: 12.22 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrzysw. węglowodanów
2025-05-01 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 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>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 70 g (<u>MLE, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do kaszotto + 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c + 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ</u>) Sałatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 3199.46 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 121.86 g; Kw. tł. nasy.: 49.20 g; Węglowodany ogółem: 380.58 g; W tym cukry: 85.04 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sól: 14.23 g;	Wartość energetyczna: 2887.40 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 76.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 416.15 g; W tym cukry: 94.42 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sól: 13.13 g;	Wartość energetyczna: 2673.42 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 102.42 g; Kw. tł. nasy.: 43.10 g; Węglowodany ogółem: 309.04 g; W tym cukry: 41.75 g; Błonnik pok.: 38.36 g; Sól: 13.49 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-05-02 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwiniowy (dieta) + 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwiniowy (dieta) + 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 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 SN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Mix sałat 10 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Mix sałat 10 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Kotlet z miruny 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Miruna pieczona w posypce ziołowej 100g + 100 g (<u>RYB</u>) Sos grecki + 120 g (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Miruna pieczona w posypce ziołowej 100g + 100 g (<u>RYB</u>) Sos grecki + 120 g (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Salata zielona 10 g Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki + 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jabłko, mango, banan, jagły 100g 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 2622.91 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 84.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 357.17 g; W tym cukry: 99.50 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2713.09 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 359.97 g; W tym cukry: 96.77 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2332.49 kcal; Białko ogółem: 119.94 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 292.20 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 38.02 g; Sól: 10.15 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-05-03 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (<u>SOJ</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 70 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 10 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 10 g
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Gulasz wieprzowy z warzywami + 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Bukiet jarzyn gotowany + 80 g (<u>SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomarańcza 150 g
		Wartość energetyczna: 2870.14 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 98.97 g; Kw. tł. nasy.: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 390.83 g; W tym cukry: 108.17 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 18.32 g;	Wartość energetyczna: 2802.56 kcal; Białko ogółem: 113.78 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.46 g; Węglowodany ogółem: 407.27 g; W tym cukry: 124.76 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 11.82 g;	Wartość energetyczna: 2380.48 kcal; Białko ogółem: 113.89 g; Tłuszcz: 89.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.48 g; Węglowodany ogółem: 297.85 g; W tym cukry: 50.50 g; Błonnik pok.: 41.62 g; Sól: 17.57 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2025-05-04 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa żeberkowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa żeberkowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Pomidor 80 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>)	Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa żeberkowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>)
	II ŚN	Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Rukola 10 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Rukola 10 g Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)	Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Rukola 10 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)
	Obiad	Rosół + 245 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 55 g (<u>GLU PSZ</u>) Udko z kurczaka pieczone + 150 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Coleslaw + 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SOZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół + 245 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 55 g (<u>GLU PSZ</u>) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół + 245 ml (<u>SOJ, SEL</u>) Makaron nitka 55 g (<u>GLU PSZ</u>) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (<u>SOJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z marchwią + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane słupki + 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 70 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane słupki + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g
	BN	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2789.07 kcal; Białko ogółem: 123.01 g; Tłuszcz: 101.22 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 360.25 g; W tym cukry: 89.14 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 12.88 g;	Wartość energetyczna: 2594.14 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 74.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 372.04 g; W tym cukry: 89.93 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 12.27 g;	Wartość energetyczna: 2441.12 kcal; Białko ogółem: 127.86 g; Tłuszcz: 97.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; Węglowodany ogółem: 279.24 g; W tym cukry: 54.33 g; Błonnik pok.: 36.66 g; Sól: 11.65 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-05-05 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	II SN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Pomarańcza 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Pomarańcza 150 g Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Masło extra 82% 5 g (MLE)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (MLE) Pomarańcza 150 g Masło extra 82% 5 g (MLE)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Kokosowy dhal z czerwoną soczewicą + 250 g (MLE, GOR) Fasolka szparagowa żółta + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 250 g (SOJ, MLE, SEL) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kokosowy dhal z czerwoną soczewicą + 250 g (MLE, GOR) Fasolka szparagowa żółta + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wołowo-drobiowy + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ogórek kiszony 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 70 g (SEL) Słupki z marchewki + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszтет wołowo-drobiowy + 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Ogórek kiszony 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mini pasztecik z nadzieniem mięsnym 35g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ) Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2725.71 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 89.20 g; Kw. tł. nasy.: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 404.93 g; W tym cukry: 95.63 g; Błonnik pok.: 37.83 g; Sól: 12.52 g;	Wartość energetyczna: 2685.78 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 414.30 g; W tym cukry: 105.57 g; Błonnik pok.: 35.83 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2542.73 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 90.51 g; Kw. tł. nasy.: 41.28 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 43.36 g; Sól: 13.82 g;

2025-05-06 wtorek	Śniadanie	BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, 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 JECZ.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 10 g
	II śN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
		Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos cygański + 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 120 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolejca	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	PN	Wartość energetyczna: 2752.59 kcal; Białko ogółem: 115.67 g; Tłuszcz: 97.91 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 360.99 g; W tym cukry: 95.61 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sól: 13.17 g;	Wartość energetyczna: 2832.15 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 92.78 g; Kw. tł. nasy.: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 390.82 g; W tym cukry: 100.63 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 13.10 g;	Wartość energetyczna: 2533.18 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 94.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 313.64 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 40.06 g; Sól: 11.91 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2025-05-07 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Sałata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek różany + 70 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt 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 + 70 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 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 SN	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Mix sałat 10 g Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL., GOR, SEZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mix sałat 10 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL., GOR, SEZ.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Biesiadna-szynka wp.wędz.parz. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OŻI, SOJ, MLE, SEL., GOR, SEZ.) Mix sałat 10 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 120 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Kalafior gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafior gotowany + 80 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz z miruny z warzywami + 70 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafior gotowany + 80 g
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 3097.03 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 98.23 g; Kw. tł. nasy.: 41.48 g; Węglowodany ogółem: 401.72 g; W tym cukry: 121.58 g; Błonnik pok.: 41.86 g; Sól: 12.56 g;	Wartość energetyczna: 2828.52 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 384.56 g; W tym cukry: 107.34 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2494.03 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 83.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 314.58 g; W tym cukry: 66.80 g; Błonnik pok.: 41.37 g; Sól: 11.73 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-05-08 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 10 g
	II śN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 200 g (<u>SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g (<u>SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 200 g (<u>SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu - meksykańska z fasolą + 100 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	BN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2875.63 kcal; Białko ogółem: 134.21 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 388.45 g; W tym cukry: 112.20 g; Błonnik pok.: 44.36 g; Sól: 15.36 g;	Wartość energetyczna: 2941.77 kcal; Białko ogółem: 132.13 g; Tłuszcz: 84.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 432.34 g; W tym cukry: 145.49 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sól: 13.61 g;	Wartość energetyczna: 2680.17 kcal; Białko ogółem: 130.06 g; Tłuszcz: 90.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 355.80 g; W tym cukry: 79.94 g; Błonnik pok.: 48.31 g; Sól: 15.40 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-05-09 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z cynamonem + 70 g (<u>MLE.</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>ORZ.</u> , <u>SEZ.</u>) Dżem 60 g Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z cynamonem + 70 g (<u>MLE.</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>ORZ.</u> , <u>SEZ.</u>) Dżem 60 g Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z cynamonem b/c + 70 g (<u>MLE.</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>OZI.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>ORZ.</u> , <u>SEZ.</u>) Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)
	II śN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 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 wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 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 wiśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 ml (<u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Morszczuk smażony 120g + 120 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (<u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Morszczuk pieczony 100g + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy + 120 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku + 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (<u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Morszczuk pieczony 100g + 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z ogórkiem i jabłkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolejca	Salata zielona 10 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</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.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g (<u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>) Brokuł gotowany + 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2820.67 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 86.88 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 404.28 g; W tym cukry: 105.62 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sól: 12.38 g;	Wartość energetyczna: 2901.81 kcal; Białko ogółem: 115.39 g; Tłuszcz: 91.61 g; Kw. tł. nasy.: 43.05 g; Węglowodany ogółem: 407.58 g; W tym cukry: 113.08 g; Błonnik pok.: 27.22 g; Sól: 10.88 g;	Wartość energetyczna: 2339.35 kcal; Białko ogółem: 105.92 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 295.58 g; W tym cukry: 48.55 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 12.00 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2025-05-10 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 10 g
	II śN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plastry z olejem + 50 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Potrawka z kurczaka + 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kociółek z kurczaka meksykański + 150 g (<u>MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2574.19 kcal; Białko ogółem: 107.46 g; Tłuszcz: 85.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.34 g; Węglowodany ogółem: 360.25 g; W tym cukry: 96.33 g; Błonnik pok.: 38.91 g; Sól: 10.70 g;	Wartość energetyczna: 2915.92 kcal; Białko ogółem: 126.03 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 432.83 g; W tym cukry: 134.73 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sól: 12.45 g;	Wartość energetyczna: 2206.51 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 40.20 g; Sól: 12.02 g;

		BB- W/R C1 Podstawowa	BB- W/R C2 Łatwostrawna	BB- W/R C3 z ogr. łatwostrysw. węglowodanów
2025-05-11 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa żełowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa żełowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa żełowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II śN	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Mix sałat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mix sałat 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mix sałat 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Zupa fasolowa z kielbasą + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kotlet schabowy panierowany + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa marchewkowa z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 120 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Zupa fasolowa z kielbasą + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 120 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 70 g (<u>MLE.</u>) Kiwi 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 70 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 70 g (<u>MLE.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.</u>)		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2531.60 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.54 g; Węglowodany ogółem: 358.43 g; W tym cukry: 74.65 g; Błonnik pok.: 37.72 g; Sól: 11.57 g;	Wartość energetyczna: 2569.26 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 367.34 g; W tym cukry: 82.31 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 10.57 g;	Wartość energetyczna: 2462.58 kcal; Białko ogółem: 133.92 g; Tłuszcz: 95.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 280.30 g; W tym cukry: 44.71 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sól: 12.14 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,