

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/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>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
ISN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)						
2026-03-30 poniedziałek Obiad	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka)# 400 ml (<u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 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 twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 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 twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 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 twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 140 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 40 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt						
	Wartość energetyczna: 2086.27 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 308.58 g; W tym cukry: 60.15 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sód: 3370.85 mg;	Wartość energetyczna: 2126.85 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; W tym cukry: 63.27 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sód: 3190.09 mg;	Wartość energetyczna: 1973.22 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 47.56 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 312.65 g; W tym cukry: 62.41 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sód: 3541.36 mg;	Wartość energetyczna: 1866.38 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 268.27 g; W tym cukry: 50.30 g; Błonnik pok.: 33.93 g; Sód: 2931.46 mg;	Wartość energetyczna: 2478.74 kcal; Białko ogółem: 126.48 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 345.85 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sód: 4850.63 mg;	Wartość energetyczna: 1621.11 kcal; Białko ogółem: 52.61 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 256.23 g; W tym cukry: 40.21 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sód: 2285.29 mg;	Wartość energetyczna: 2035.07 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 60.15 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sód: 3242.85 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
2026-03-31 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńka duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńka duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńka duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka # 120 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka # 120 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)						
		Wartość energetyczna: 2544.82 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 36.81 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sód: 4096.69 mg;	Wartość energetyczna: 2558.38 kcal; Białko ogółem: 119.29 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 362.08 g; W tym cukry: 46.53 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sód: 2803.38 mg;	Wartość energetyczna: 2440.18 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 62.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 361.87 g; W tym cukry: 46.35 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sód: 2816.98 mg;	Wartość energetyczna: 2151.58 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 302.99 g; W tym cukry: 32.00 g; Błonnik pok.: 34.92 g; Sód: 4152.97 mg;	Wartość energetyczna: 2878.47 kcal; Białko ogółem: 152.03 g; Tłuszcz: 82.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 390.41 g; W tym cukry: 64.53 g; Błonnik pok.: 24.41 g; Sód: 3409.78 mg;	Wartość energetyczna: 1641.41 kcal; Białko ogółem: 68.34 g; Tłuszcz: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 227.08 g; W tym cukry: 22.25 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sód: 2104.32 mg;	Wartość energetyczna: 2544.82 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.95 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 36.81 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sód: 4096.69 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-01 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
		II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
2026-04-01 środa	Obiad	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryz na sypko 100 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g (<u>MLE, S02.</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>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Kalafor gotowany* 100 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kalafor gotowany* 100 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>) Kalafor gotowany* 100 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 100 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kalafor gotowany* 100 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kalafor gotowany* 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2116.62 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; W tym cukry: 48.81 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sód: 2997.48 mg;	Wartość energetyczna: 1983.16 kcal; Białko ogółem: 85.31 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sód: 2469.30 mg;	Wartość energetyczna: 1836.43 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 38.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 306.12 g; W tym cukry: 47.44 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sód: 2429.82 mg;	Wartość energetyczna: 1952.75 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 299.21 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 34.76 g; Sód: 2756.83 mg;	Wartość energetyczna: 2303.26 kcal; Białko ogółem: 118.42 g; Tłuszcz: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 330.88 g; W tym cukry: 52.59 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sód: 3839.46 mg;	Wartość energetyczna: 1369.48 kcal; Białko ogółem: 42.92 g; Tłuszcz: 36.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 234.76 g; W tym cukry: 19.65 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sód: 1927.83 mg;	Wartość energetyczna: 2116.62 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; W tym cukry: 48.81 g; Błonnik pok.: 32.99 g; Sód: 2997.48 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-02 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>) Pasta z twarogu i brokuła 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 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 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 i brokuła 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 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 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i brokuła 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i brokuła 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 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 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 i brokuła 120 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i brokuła 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	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>) Pasta z twarogu i brokuła 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
		II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Serek naturalny Hej 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
2026-04-02 czwartek	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 200 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera 200 g (<u>MLE, 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka jarzynowa- dieta# 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Salatka jarzynowa- dieta# 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
2026-04-02 czwartek	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)			
		Wartość energetyczna: 2413.69 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 373.06 g; W tym cukry: 48.54 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sód: 4013.88 mg;	Wartość energetyczna: 2418.23 kcal; Białko ogółem: 91.32 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 383.74 g; W tym cukry: 52.98 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sód: 3028.26 mg;	Wartość energetyczna: 2266.07 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 51.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 380.39 g; W tym cukry: 49.92 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sód: 3385.00 mg;	Wartość energetyczna: 2074.93 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 312.77 g; W tym cukry: 31.35 g; Błonnik pok.: 38.32 g; Sód: 3678.14 mg;	Wartość energetyczna: 2689.78 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 78.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 399.89 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sód: 4281.30 mg;	Wartość energetyczna: 1676.40 kcal; Białko ogółem: 50.04 g; Tłuszcz: 47.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 282.79 g; W tym cukry: 26.29 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sód: 2433.43 mg;	Wartość energetyczna: 2413.69 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 373.06 g; W tym cukry: 48.54 g; Błonnik pok.: 31.06 g; Sód: 4013.88 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-03 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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/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,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtłusty 120 g (MLE,) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)					
2026-04-03 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 50 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 120 g (JAJ, MLE,) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 25 g (JAJ, MLE,) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE,)						
		Wartość energetyczna: 2137.03 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; W tym cukry: 92.80 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sód: 2226.59 mg;	Wartość energetyczna: 2339.33 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 367.53 g; W tym cukry: 112.30 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sód: 2136.61 mg;	Wartość energetyczna: 2168.41 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 366.52 g; W tym cukry: 111.82 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sód: 2416.28 mg;	Wartość energetyczna: 1902.87 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 289.20 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sód: 1985.90 mg;	Wartość energetyczna: 2654.82 kcal; Białko ogółem: 119.54 g; Tłuszcz: 76.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 388.53 g; W tym cukry: 121.16 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sód: 3214.00 mg;	Wartość energetyczna: 1520.78 kcal; Białko ogółem: 39.46 g; Tłuszcz: 44.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 257.11 g; W tym cukry: 64.97 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sód: 1899.93 mg;	Wartość energetyczna: 2137.03 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 337.65 g; W tym cukry: 92.80 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sód: 2226.59 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 150 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
		II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron z serem 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron z serem 150 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 120 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>)						
		Wartość energetyczna: 2172.92 kcal; Białko ogółem: 85.32 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; W tym cukry: 58.11 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sód: 2127.84 mg;	Wartość energetyczna: 2203.49 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; W tym cukry: 57.04 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sód: 1854.51 mg;	Wartość energetyczna: 2085.29 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 48.93 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; Węglowodany ogółem: 348.60 g; W tym cukry: 56.86 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sód: 1868.11 mg;	Wartość energetyczna: 1930.08 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; W tym cukry: 42.94 g; Błonnik pok.: 36.76 g; Sód: 2452.77 mg;	Wartość energetyczna: 2564.23 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 378.24 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sód: 2826.85 mg;	Wartość energetyczna: 1405.57 kcal; Białko ogółem: 41.39 g; Tłuszcz: 43.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 232.87 g; W tym cukry: 26.96 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sód: 1566.09 mg;	Wartość energetyczna: 2172.92 kcal; Białko ogółem: 85.32 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; W tym cukry: 58.11 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sód: 2127.84 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/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.) Dzem 50 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	ISN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)					
Obiad	Żurek z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Schab pieczony w jarzynach 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w jarzynach 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w jarzynach 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Żurek z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Schab pieczony w jarzynach 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ.)	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Schab pieczony w jarzynach 120 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Schab pieczony w jarzynach 50 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 150 g Buraczki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Żurek z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Schab pieczony w jarzynach 80 g (GLU PSZ, SEL.) Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Babka drożdżowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor 100 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) 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.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Papryka świeża 100 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.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 80 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 10 g
PN	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt					Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2505.92 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; Węglowodany ogółem: 384.74 g; W tym cukry: 95.54 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sód: 3141.01 mg;	Wartość energetyczna: 2464.43 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 389.73 g; W tym cukry: 97.81 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sód: 2782.84 mg;	Wartość energetyczna: 2274.63 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 389.02 g; W tym cukry: 97.75 g; Błonnik pok.: 24.01 g; Sód: 2693.94 mg;	Wartość energetyczna: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sód: 2747.32 mg;	Wartość energetyczna: 2731.02 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; Węglowodany ogółem: 420.05 g; W tym cukry: 133.09 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sód: 3144.96 mg;	Wartość energetyczna: 1882.60 kcal; Białko ogółem: 53.25 g; Tłuszcz: 46.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 330.33 g; W tym cukry: 52.60 g; Błonnik pok.: 22.21 g; Sód: 2025.27 mg;	Wartość energetyczna: 2454.72 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 372.82 g; W tym cukry: 95.54 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sód: 3013.01 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta # 100 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU OW) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta # 100 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, 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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Salatka jarzynowa- dieta# 100 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta # 100 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (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) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (SOJ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta # 100 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Salatka jarzynowa z jajkiem dieta # 100 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
		ISN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					
2026-04-06 poniedziałek	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 120 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 120 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 120 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 120 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlety sojowe 60 g (SOJ) Sos jarzynowy * 120 ml (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 100 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 twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE)	
	Wartość energetyczna: 2217.91 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 289.09 g; W tym cukry: 47.32 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sód: 2942.92 mg;	Wartość energetyczna: 2350.21 kcal; Białko ogółem: 119.06 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; W tym cukry: 50.00 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sód: 2953.24 mg;	Wartość energetyczna: 2264.63 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 301.94 g; W tym cukry: 49.76 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sód: 2932.54 mg;	Wartość energetyczna: 2236.38 kcal; Białko ogółem: 132.33 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 268.15 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sód: 3328.99 mg;	Wartość energetyczna: 2528.05 kcal; Białko ogółem: 128.68 g; Tłuszcz: 83.39 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; W tym cukry: 78.47 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 3313.24 mg;	Wartość energetyczna: 1834.23 kcal; Białko ogółem: 62.99 g; Tłuszcz: 48.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 305.25 g; W tym cukry: 53.61 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sód: 2008.40 mg;	Wartość energetyczna: 2166.71 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 277.17 g; W tym cukry: 47.32 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sód: 2814.92 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>)	
		Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)						
2026-04-07 wtorek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>)	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>)	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>)	
		Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 450 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)	Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>)
2026-04-07 wtorek	Kolacja	Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU, PSZ.</u>)	Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU, PSZ.</u>)	Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU, PSZ.</u>)	Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU, PSZ.</u>)	Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU, PSZ.</u>)	Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU, PSZ.</u>)	
		Fasolka szparagowa z wody* 200 g	Fasolka szparagowa z wody* 200 g	Kalafor gotowany* 200 g	Fasolka szparagowa z wody* 200 g	Kalafor gotowany* 200 g	Kalafor gotowany* 200 g	Fasolka szparagowa z wody* 200 g
2026-04-07 wtorek	PN	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>)
2026-04-07 wtorek	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	Pomidor 100 g	Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	
		Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)	Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</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>)
2026-04-07 wtorek	PN	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 100 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	
		Pomidor 100 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Pomidor 100 g	Pomidor 100 g
2026-04-07 wtorek	PN	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
2026-04-07 wtorek	PN	Wartość energetyczna: 2131.64 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 349.49 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sód: 3174.22 mg;	Wartość energetyczna: 2214.39 kcal; Białko ogółem: 73.28 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 354.11 g; W tym cukry: 66.25 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sód: 3085.95 mg;	Wartość energetyczna: 2003.10 kcal; Białko ogółem: 76.70 g; Tłuszcz: 41.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; W tym cukry: 65.39 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sód: 3308.20 mg;	Wartość energetyczna: 1972.35 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 315.40 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 40.38 g; Sód: 2904.19 mg;	Wartość energetyczna: 2606.29 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 375.42 g; W tym cukry: 80.02 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sód: 4864.80 mg;	Wartość energetyczna: 1716.65 kcal; Białko ogółem: 46.19 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; Węglowodany ogółem: 288.93 g; W tym cukry: 48.99 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sód: 2613.48 mg;	Wartość energetyczna: 2080.44 kcal; Białko ogółem: 72.64 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 337.57 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sód: 3046.22 mg;
		Wartość energetyczna: 2131.64 kcal; Białko ogółem: 73.86 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 349.49 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sód: 3174.22 mg;	Wartość energetyczna: 2214.39 kcal; Białko ogółem: 73.28 g; Tłuszcz: 63.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 354.11 g; W tym cukry: 66.25 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sód: 3085.95 mg;	Wartość energetyczna: 2003.10 kcal; Białko ogółem: 76.70 g; Tłuszcz: 41.68 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; W tym cukry: 65.39 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sód: 3308.20 mg;	Wartość energetyczna: 1972.35 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 315.40 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 40.38 g; Sód: 2904.19 mg;	Wartość energetyczna: 2606.29 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 375.42 g; W tym cukry: 80.02 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sód: 4864.80 mg;	Wartość energetyczna: 1716.65 kcal; Białko ogółem: 46.19 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; Węglowodany ogółem: 288.93 g; W tym cukry: 48.99 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sód: 2613.48 mg;	Wartość energetyczna: 2080.44 kcal; Białko ogółem: 72.64 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 337.57 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sód: 3046.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-08 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki 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>) Gruszka 1szt. 150 g Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)
		II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
2026-04-08 środa	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 70 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 120 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 50 g (<u>RYB.</u>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2366.97 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 375.11 g; W tym cukry: 68.07 g; Błonnik pok.: 37.67 g; Sód: 3145.79 mg;	Wartość energetyczna: 2350.31 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 359.62 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sód: 3048.13 mg;	Wartość energetyczna: 2232.11 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 359.41 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sód: 3061.73 mg;	Wartość energetyczna: 2034.82 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 330.99 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 37.70 g; Sód: 3200.98 mg;	Wartość energetyczna: 2737.65 kcal; Białko ogółem: 133.11 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 392.53 g; W tym cukry: 93.74 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sód: 3890.23 mg;	Wartość energetyczna: 1690.00 kcal; Białko ogółem: 46.15 g; Tłuszcz: 43.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 373.50 g; W tym cukry: 71.88 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sód: 2804.61 mg;	Wartość energetyczna: 2453.64 kcal; Białko ogółem: 98.54 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 373.50 g; W tym cukry: 80.53 g; Błonnik pok.: 37.61 g; Sód: 2936.94 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-09 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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)					
2026-04-09 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron 170 g (GLU PSZ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron 170 g (GLU PSZ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron 170 g (GLU PSZ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp -dieta 100 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron 150 g (GLU PSZ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z fasoli 60 g Ogórek kiszony 100 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,) 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,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt 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,) Pasta z fasoli 60 g Ogórek kiszony 100 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,) Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,)			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,)			
	Wartość energetyczna: 2390.73 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 86.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 341.51 g; W tym cukry: 47.90 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sód: 3925.61 mg;	Wartość energetyczna: 2303.21 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 355.21 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sód: 3068.51 mg;	Wartość energetyczna: 2063.60 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 44.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 339.63 g; W tym cukry: 68.93 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sód: 2993.66 mg;	Wartość energetyczna: 2275.79 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 84.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; W tym cukry: 38.51 g; Błonnik pok.: 41.44 g; Sód: 3685.42 mg;	Wartość energetyczna: 2466.28 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; W tym cukry: 90.73 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sód: 4535.17 mg;	Wartość energetyczna: 1577.92 kcal; Białko ogółem: 51.52 g; Tłuszcz: 43.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 260.41 g; W tym cukry: 13.88 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sód: 2282.10 mg;	Wartość energetyczna: 2339.53 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 86.10 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 329.59 g; W tym cukry: 47.90 g; Błonnik pok.: 37.43 g; Sód: 3797.61 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twarożek 120 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
		II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		
2026-04-10 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Siedz z cebulką w oleju 90 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Siedz z cebulką w oleju 90 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		Kolejca	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 koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 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 jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 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 jaj z koperkiem -dieta 120 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)							
	Wartość energetyczna: 2302.37 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 88.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 318.07 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sód: 3692.42 mg;	Wartość energetyczna: 2255.18 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 67.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 334.86 g; W tym cukry: 85.93 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sód: 2421.15 mg;	Wartość energetyczna: 2109.12 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; W tym cukry: 86.20 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sód: 2593.01 mg;	Wartość energetyczna: 1983.30 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 274.80 g; W tym cukry: 45.22 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 2536.43 mg;	Wartość energetyczna: 2469.22 kcal; Białko ogółem: 117.69 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 339.39 g; W tym cukry: 92.47 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sód: 3368.99 mg;	Wartość energetyczna: 1577.47 kcal; Białko ogółem: 48.47 g; Tłuszcz: 48.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 253.54 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sód: 2053.74 mg;	Wartość energetyczna: 2251.17 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 88.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 306.15 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sód: 3564.42 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	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>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki 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>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)					
2026-04-11 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		Kolejca	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>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 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>) Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo wieprzową- dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Salatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta# 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
2026-04-11 sobota	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			
		Wartość energetyczna: 2440.51 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 387.56 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 40.52 g; Sód: 2969.81 mg;	Wartość energetyczna: 2569.05 kcal; Białko ogółem: 101.98 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.09 g; Węglowodany ogółem: 396.55 g; W tym cukry: 52.63 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sód: 2567.45 mg;	Wartość energetyczna: 2450.85 kcal; Białko ogółem: 101.77 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 396.34 g; W tym cukry: 52.45 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sód: 2581.05 mg;	Wartość energetyczna: 2107.86 kcal; Białko ogółem: 80.27 g; Tłuszcz: 62.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 331.64 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 43.66 g; Sód: 2765.60 mg;	Wartość energetyczna: 2767.13 kcal; Białko ogółem: 117.75 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 414.78 g; W tym cukry: 58.93 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sód: 3834.75 mg;	Wartość energetyczna: 1793.96 kcal; Białko ogółem: 54.41 g; Tłuszcz: 50.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 296.34 g; W tym cukry: 26.62 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 2120.37 mg;	Wartość energetyczna: 2389.31 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 375.64 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sód: 2841.81 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	
2026-04-12 niedziela	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 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor 100 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 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE.) Pomidor 100 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.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
2026-04-12 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i 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.) Ser żółty 40 g (MLE.) Jabłko 1 szt 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.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Jabłko 1 szt 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.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.)							
	Wartość energetyczna: 2270.55 kcal; Białko ogółem: 119.94 g; Tłuszcz: 78.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 300.37 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sód: 3503.53 mg;	Wartość energetyczna: 2287.67 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g; W tym cukry: 61.44 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sód: 3094.67 mg;	Wartość energetyczna: 2053.93 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 308.01 g; W tym cukry: 61.14 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 3429.92 mg;	Wartość energetyczna: 2060.89 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; W tym cukry: 50.73 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sód: 3968.84 mg;	Wartość energetyczna: 2424.58 kcal; Białko ogółem: 140.56 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 314.83 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sód: 4117.07 mg;	Wartość energetyczna: 1721.76 kcal; Białko ogółem: 71.56 g; Tłuszcz: 63.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 240.05 g; W tym cukry: 38.57 g; Błonnik pok.: 24.04 g; Sód: 2812.11 mg;	Wartość energetyczna: 2219.35 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 38.57 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sód: 3375.53 mg;	

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Szyńka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	ISN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 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 twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 70 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok tioczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tl. 200ml 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2071.65 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 297.60 g; W tym cukry: 63.03 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sód: 3113.29 mg;	Wartość energetyczna: 1862.22 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 263.77 g; W tym cukry: 50.33 g; Błonnik pok.: 33.34 g; Sód: 2885.58 mg;	

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńka duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Gałaretki drobiowa z udźcem z kurczaka # 120 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2558,38 kcal; Białko ogółem: 119,29 g; Tłuszcz: 75,03 g; Kw. tł. nasy.: 27,44 g; Węglowodany ogółem: 362,08 g; W tym cukry: 46,53 g; Błonnik pok.: 24,41 g; Sód: 2803,38 mg;	Wartość energetyczna: 2151,58 kcal; Białko ogółem: 113,45 g; Tłuszcz: 69,80 g; Kw. tł. nasy.: 24,98 g; Węglowodany ogółem: 302,99 g; W tym cukry: 32,00 g; Błonnik pok.: 34,92 g; Sód: 4152,97 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-01 środa	Śniadanie	Platki 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 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ćwikla z chrzanem b/c 200 g (<u>MLE, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1983.16 kcal; Białko ogółem: 85.31 g; Tłuszcz: 51.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sód: 2469.30 mg;	Wartość energetyczna: 1952.75 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 299.21 g; W tym cukry: 43.07 g; Błonnik pok.: 34.76 g; Sód: 2756.83 mg;	

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	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 z twarogu i brokuła 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i brokuła 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i selera b/c 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Sałatka jarzynowa # 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN		Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
		Wartość energetyczna: 2164.63 kcal; Białko ogółem: 84.52 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; W tym cukry: 52.98 g; Błonnik pok.: 27.15 g; Sód: 3028.26 mg;	Wartość energetyczna: 2295.83 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 70.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 31.63 g; Błonnik pok.: 37.96 g; Sód: 3679.84 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 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 jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2339.33 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 367.53 g; W tym cukry: 112.30 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sód: 2136.61 mg;	Wartość energetyczna: 1902.87 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 289.20 g; W tym cukry: 68.75 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sód: 1985.90 mg;	

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Placki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z serem b/c 300 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 70 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2203.49 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; W tym cukry: 57.04 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sód: 1854.51 mg;	Wartość energetyczna: 1930.08 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 305.83 g; W tym cukry: 42.94 g; Błonnik pok.: 36.76 g; Sód: 2452.77 mg;	

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOZ</u>) Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	ISN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w jarzynach 80 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Żurek z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Schab pieczony w jarzynach 80 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2409.23 kcal; Białko ogółem: 92.89 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 377.83 g; W tym cukry: 97.57 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sód: 2706.04 mg;	Wartość energetyczna: 2103.46 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; W tym cukry: 66.62 g; Błonnik pok.: 35.77 g; Sód: 2747.32 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z jajkiem dieta # 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Salatka jarzynowa z jajkiem dieta # 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)</p>
	II SN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	<p>Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g</p> <p>Sos jarzynowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g</p> <p>Sos jarzynowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)
		<p>Wartość energetyczna: 2295.01 kcal; Białko ogółem: 117.28 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 288.60 g; W tym cukry: 49.76 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sód: 2876.44 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2236.38 kcal; Białko ogółem: 132.33 g; Tłuszcz: 85.48 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 268.15 g; W tym cukry: 42.56 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sód: 3328.99 mg;</p>

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU, PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 200 ml (<u>GLU, PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 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>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2159.19 kcal; Białko ogółem: 71.50 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; W tym cukry: 66.01 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sód: 3009.15 mg;	Wartość energetyczna: 1949.57 kcal; Białko ogółem: 72.51 g; Tłuszcz: 57.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 309.40 g; W tym cukry: 62.90 g; Błonnik pok.: 39.55 g; Sód: 2841.79 mg;	

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-08 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Ziemiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2295.11 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 347.72 g; W tym cukry: 73.09 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sód: 2971.33 mg;	Wartość energetyczna: 2034.82 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 330.99 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 37.70 g; Sód: 3200.98 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 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>) Pasta z fasoli 60 g Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2248.01 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sód: 2991.71 mg;	Wartość energetyczna: 2403.79 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 84.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 351.20 g; W tym cukry: 38.51 g; Błonnik pok.: 43.09 g; Sód: 4005.42 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2199.98 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 322.96 g; W tym cukry: 85.69 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sód: 2344.35 mg;	Wartość energetyczna: 1983.30 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 274.80 g; W tym cukry: 45.22 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 2536.43 mg;	

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-11 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>)</p> <p>Rzepa biała 100 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)</p>
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>)</p> <p>Potrąwka drobiowa 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Buraczki gotowane 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>)</p> <p>Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL,</u>)</p> <p>Ryż na sypko (brązowy) 200 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka b/c 200 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolejca	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Salatka z makaronu z wędliną drobiowo-wieprzową- dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Salatka z makaronu pełnoziarnistego z wędliną drobiowo-wieprzową- dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml</p>
	PN	<p>Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)</p> <p>Wartość energetyczna: 2513.85 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 384.65 g; W tym cukry: 52.39 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sód: 2490.65 mg;</p>	<p>Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna: 2107.86 kcal; Białko ogółem: 80.27 g; Tłuszcz: 62.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 331.64 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 43.66 g; Sód: 2765.60 mg;</p>

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>)		
	Wartość energetyczna: 2232.47 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; W tym cukry: 61.20 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sód: 3017.87 mg;	Wartość energetyczna: 2060.89 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; W tym cukry: 50.73 g; Błonnik pok.: 29.64 g; Sód: 3968.84 mg;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

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