

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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
Smiadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 100 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pomidor b/skórki 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				
Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 170 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami# (bez glutenu) 350 ml (MLE, SEL) Makaron 100 g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z warzywami # 100 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasta z cukinii i marchewki 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasta z cukinii i marchewki 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 Pasta z cukinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasta z cukinii i marchewki 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) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z cukinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
PN		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2244.82 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 340.06 g; W tym cukry: 58.56 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sód: 4016.03 mg;	Wartość energetyczna: 2263.85 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; Tłuszcz: 65.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 347.34 g; W tym cukry: 63.62 g; Błonnik pok.: 31.18 g; Sód: 3089.80 mg;	Wartość energetyczna: 2128.60 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 50.32 g; Kw. tł. nasy.: 12.94 g; Węglowodany ogółem: 344.29 g; W tym cukry: 67.39 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sód: 3419.54 mg;	Wartość energetyczna: 2083.25 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 309.52 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 41.27 g; Sód: 3628.41 mg;	Wartość energetyczna: 2264.67 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 344.23 g; W tym cukry: 85.19 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sód: 4130.70 mg;	Wartość energetyczna: 1853.29 kcal; Białko ogółem: 50.97 g; Tłuszcz: 45.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 89.77 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sód: 1779.40 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-14 wtorek	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 warzyw 60 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL.</u>) sałatka z kalafiora i pomidora 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 warzyw 60 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałatka z kalafiora i pomidora b/skórki 100 g Zacierka 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>) Pasta z twarogu i warzyw 30 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 100 g
		II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Karczek pieczony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos meksykański 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretkę drobiową z udźcem z kurczaka # 120 g (<u>SEL.</u>) Rzepa biała 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretkę drobiową z udźcem z kurczaka # 120 g (<u>SEL.</u>) Rzepa biała 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2326.30 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 344.11 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sód: 2491.36 mg;	Wartość energetyczna: 2311.10 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 342.42 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sód: 2506.73 mg;	Wartość energetyczna: 2196.42 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 343.26 g; W tym cukry: 64.31 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sód: 2488.19 mg;	Wartość energetyczna: 2141.93 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 42.00 g; Błonnik pok.: 43.11 g; Sód: 3184.31 mg;	Wartość energetyczna: 2565.05 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 81.17 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 363.22 g; W tym cukry: 89.16 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sód: 3007.33 mg;	Wartość energetyczna: 1571.48 kcal; Białko ogółem: 47.72 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 251.44 g; W tym cukry: 40.32 g; Błonnik pok.: 24.18 g; Sód: 1988.61 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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
2026-04-15 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Cukinia pieczona z olejem * 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) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Ryż na mleku 300 ml (MLE)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Ryż na mleku 300 ml (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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 80 g (może zawierać: MLE, GOR) Cukinia pieczona z olejem * 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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)					
2026-04-15 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 120 g (RYB) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml
PN	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE)						Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2215.61 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 73.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 301.06 g; W tym cukry: 35.60 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sód: 4062.30 mg;	Wartość energetyczna: 2393.08 kcal; Białko ogółem: 110.80 g; Tłuszcz: 76.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 328.00 g; W tym cukry: 40.41 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sód: 3378.82 mg;	Wartość energetyczna: 2188.56 kcal; Białko ogółem: 107.97 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 332.71 g; W tym cukry: 45.74 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sód: 3474.81 mg;	Wartość energetyczna: 2057.11 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 270.76 g; W tym cukry: 30.36 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sód: 3823.15 mg;	Wartość energetyczna: 2643.54 kcal; Białko ogółem: 129.70 g; Tłuszcz: 81.43 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 357.96 g; W tym cukry: 65.79 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sód: 3820.16 mg;	Wartość energetyczna: 1829.08 kcal; Białko ogółem: 50.44 g; Tłuszcz: 49.39 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; W tym cukry: 69.91 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sód: 1778.75 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-16 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 120 g (MLE.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (MLE.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona * (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 200 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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 Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 100 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2430.41 kcal; Białko ogółem: 99.83 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; W tym cukry: 51.62 g; Błonnik pok.: 33.80 g; Sód: 4254.59 mg;	Wartość energetyczna: 2296.45 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 333.63 g; W tym cukry: 62.01 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sód: 2673.03 mg;	Wartość energetyczna: 2057.34 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 317.02 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sód: 2741.29 mg;	Wartość energetyczna: 2049.50 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 294.86 g; W tym cukry: 39.85 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sód: 3510.63 mg;	Wartość energetyczna: 2512.79 kcal; Białko ogółem: 122.37 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 357.53 g; W tym cukry: 64.30 g; Błonnik pok.: 32.19 g; Sód: 3269.95 mg;	Wartość energetyczna: 1681.18 kcal; Białko ogółem: 55.36 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 271.04 g; W tym cukry: 39.39 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sód: 2074.37 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-17 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 półtusty 60 g (MLE,) 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,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtusty 60 g (MLE,) 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,)	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 półtusty 60 g (MLE,) 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 półtusty 60 g (MLE,) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twaróg półtusty 120 g (MLE,) 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,)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Miód (25g) 2 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)				
2026-04-17 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB,) Sos cytrynowy 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (RYB,) Ryż na sypko 150 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) 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 warzyw gotowanych z jajkiem 60 g (JAJ, MLE, SEL,) 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 warzyw gotowanych z jajkiem 60 g (JAJ, MLE, SEL,) 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 Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE,) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 60 g (JAJ, MLE, SEL,) 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 warzyw gotowanych z jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL,) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
2026-04-17 piątek	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2403.68 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 356.36 g; W tym cukry: 86.88 g; Błonnik pok.: 30.07 g; Sód: 2528.25 mg;	Wartość energetyczna: 2501.21 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 367.13 g; W tym cukry: 87.46 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sód: 2313.26 mg;	Wartość energetyczna: 2392.79 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 363.13 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sód: 2504.80 mg;	Wartość energetyczna: 1928.09 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 286.21 g; W tym cukry: 66.61 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sód: 2149.74 mg;	Wartość energetyczna: 2786.77 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 71.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 399.81 g; W tym cukry: 125.63 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sód: 2471.46 mg;	Wartość energetyczna: 1892.51 kcal; Białko ogółem: 51.95 g; Tłuszcz: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 333.95 g; W tym cukry: 111.30 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sód: 1424.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-18 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) 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 Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	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 Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	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 pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 80 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				
2026-04-18 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 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.) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 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 Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) 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.) Pasta z soczewicy czerwonej 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.) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 120 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2322.60 kcal; Białko ogółem: 106.38 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; W tym cukry: 55.06 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sód: 4068.37 mg;	Wartość energetyczna: 2391.79 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 324.25 g; W tym cukry: 59.08 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sód: 3633.66 mg;	Wartość energetyczna: 2308.07 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 68.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 332.76 g; W tym cukry: 72.75 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 3571.69 mg;	Wartość energetyczna: 2108.11 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 298.66 g; W tym cukry: 49.00 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sód: 4384.64 mg;	Wartość energetyczna: 2690.39 kcal; Białko ogółem: 130.46 g; Tłuszcz: 92.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.43 g; Węglowodany ogółem: 350.79 g; W tym cukry: 95.02 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sód: 5397.45 mg;	Wartość energetyczna: 1842.34 kcal; Białko ogółem: 56.30 g; Tłuszcz: 53.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; Węglowodany ogółem: 297.99 g; W tym cukry: 63.14 g; Błonnik pok.: 21.08 g; Sód: 2092.22 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-19 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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 z dżemem brzoskwinowym 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 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>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, 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>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna 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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 30 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ryz z nasypko 100 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 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 Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 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>) Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g	
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2314.99 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 329.48 g; W tym cukry: 47.97 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sód: 2662.16 mg;	Wartość energetyczna: 2421.87 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 340.39 g; W tym cukry: 50.00 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sód: 2669.07 mg;	Wartość energetyczna: 2303.34 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 340.12 g; W tym cukry: 49.81 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sód: 2682.60 mg;	Wartość energetyczna: 2197.37 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; W tym cukry: 42.87 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 2629.76 mg;	Wartość energetyczna: 2654.67 kcal; Białko ogółem: 131.45 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 364.39 g; W tym cukry: 74.31 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sód: 2969.57 mg;	Wartość energetyczna: 1600.30 kcal; Białko ogółem: 55.89 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 246.09 g; W tym cukry: 44.13 g; Błonnik pok.: 17.96 g; Sód: 1761.41 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem 100 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Marchew gotowana z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 100 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem 100 g Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem 100 g
		II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Sos jogurtowo-truskawkowy* 120 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-truskawkowy* 120 g (MLE.)	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-truskawkowy* 200 g (MLE.)	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 300 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 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 twarogu i brokuła 60 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 i brokuła 60 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i brokuła 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z sera żółtego i brokuła 60 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i brokuła 150 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2512.17 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 430.65 g; W tym cukry: 63.99 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sód: 3171.45 mg;	Wartość energetyczna: 2542.60 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 443.88 g; W tym cukry: 70.84 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sód: 2249.52 mg;	Wartość energetyczna: 1983.24 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 50.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.69 g; Węglowodany ogółem: 314.97 g; W tym cukry: 46.89 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sód: 2768.65 mg;	Wartość energetyczna: 2001.12 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; W tym cukry: 32.82 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sód: 3127.13 mg;	Wartość energetyczna: 2955.95 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 75.80 g; Kw. tł. nasy.: 36.91 g; Węglowodany ogółem: 484.34 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 30.81 g; Sód: 3868.35 mg;	Wartość energetyczna: 1986.46 kcal; Białko ogółem: 51.83 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 364.05 g; W tym cukry: 42.41 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sód: 1855.32 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) 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.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron drobny 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) 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.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)						
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JĘCZ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL.) Kalafor gotowany* 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany* 100 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL.) Kalafor gotowany* 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 120 g (RYB, SEL.) Kalafor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 30 g (RYB, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany* 100 g	
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)						Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2567.02 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 371.49 g; W tym cukry: 53.33 g; Błonnik pok.: 41.32 g; Sód: 3014.66 mg;	Wartość energetyczna: 2433.50 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 355.96 g; W tym cukry: 59.89 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sód: 2914.53 mg;	Wartość energetyczna: 2249.30 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 345.63 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sód: 2940.88 mg;	Wartość energetyczna: 2385.56 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 337.98 g; W tym cukry: 47.52 g; Błonnik pok.: 45.02 g; Sód: 2775.09 mg;	Wartość energetyczna: 2695.95 kcal; Białko ogółem: 121.81 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; W tym cukry: 68.74 g; Błonnik pok.: 32.88 g; Sód: 3366.77 mg;	Wartość energetyczna: 1701.75 kcal; Białko ogółem: 52.43 g; Tłuszcz: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; Węglowodany ogółem: 288.54 g; W tym cukry: 60.25 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sód: 1984.05 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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>) Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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>) Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</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>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	
	II ŚN				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>)		
2026-04-22 środa	Obiad	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 100 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</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 Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	
PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2162.99 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 316.64 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sód: 3692.09 mg;	Wartość energetyczna: 2264.18 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 337.15 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sód: 2412.50 mg;	Wartość energetyczna: 2076.65 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Tłuszcz: 43.00 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 338.84 g; W tym cukry: 75.78 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sód: 2451.30 mg;	Wartość energetyczna: 1889.04 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 269.60 g; W tym cukry: 41.53 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sód: 4140.59 mg;	Wartość energetyczna: 2664.16 kcal; Białko ogółem: 131.39 g; Tłuszcz: 83.17 g; Kw. tł. nasy.: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 364.19 g; W tym cukry: 108.94 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sód: 3469.30 mg;	Wartość energetyczna: 1795.76 kcal; Białko ogółem: 51.82 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 311.31 g; W tym cukry: 83.76 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sód: 1992.04 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet 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>)	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>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, 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>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g	
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 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 tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 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 Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 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>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 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 tofu i marchewki 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej b/skórki 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu i marchewki 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2381.65 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 82.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 339.36 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 32.25 g; Sód: 2964.07 mg;	Wartość energetyczna: 2447.28 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 338.30 g; W tym cukry: 44.66 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sód: 2621.25 mg;	Wartość energetyczna: 2328.26 kcal; Białko ogółem: 96.96 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 337.91 g; W tym cukry: 44.36 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sód: 2634.51 mg;	Wartość energetyczna: 2070.00 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 36.36 g; Sód: 2594.80 mg;	Wartość energetyczna: 2622.50 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 90.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 354.03 g; W tym cukry: 67.57 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sód: 2937.82 mg;	Wartość energetyczna: 1668.97 kcal; Białko ogółem: 53.26 g; Tłuszcz: 52.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 263.14 g; W tym cukry: 47.01 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sód: 1990.19 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-24 piątek	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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Miód 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Miód 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 Miód 50 g Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	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 twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 120 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
2026-04-24 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Sledź z cebulką w oleju 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka żydowska z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka żydowska z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, 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 jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata 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 Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 120 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)					
		Wartość energetyczna: 2389.51 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 86.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 346.98 g; W tym cukry: 69.95 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sód: 3507.38 mg;	Wartość energetyczna: 2409.97 kcal; Białko ogółem: 98.14 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 361.29 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sód: 2318.79 mg;	Wartość energetyczna: 2148.91 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 41.64 g; Kw. tł. nasy.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 360.84 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sód: 2491.06 mg;	Wartość energetyczna: 2018.74 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 277.79 g; W tym cukry: 51.79 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sód: 2662.92 mg;	Wartość energetyczna: 2505.66 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 348.85 g; W tym cukry: 90.87 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sód: 2388.08 mg;	Wartość energetyczna: 1817.33 kcal; Białko ogółem: 57.04 g; Tłuszcz: 45.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; W tym cukry: 48.26 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sód: 1953.39 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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
2026-04-25 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>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g 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>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor b/skórki 100 g 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>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g 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 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 80 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)					
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane 200 g	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz # 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 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>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 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 Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Salatka z ryżu pełnoziarnistego, brokułów i wędliny drob wieprz # 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 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>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 250 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)				Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>)	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2498.43 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 79.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 373.70 g; W tym cukry: 42.48 g; Błonnik pok.: 31.03 g; Sód: 3672.31 mg;	Wartość energetyczna: 2482.49 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 380.52 g; W tym cukry: 44.28 g; Błonnik pok.: 26.64 g; Sód: 3432.25 mg;	Wartość energetyczna: 2311.97 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 378.90 g; W tym cukry: 49.47 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sód: 3484.19 mg;	Wartość energetyczna: 2291.98 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 336.73 g; W tym cukry: 35.52 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sód: 2933.53 mg;	Wartość energetyczna: 2798.93 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 425.29 g; W tym cukry: 80.75 g; Błonnik pok.: 27.92 g; Sód: 4354.01 mg;	Wartość energetyczna: 1629.42 kcal; Białko ogółem: 49.71 g; Tłuszcz: 46.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 273.76 g; W tym cukry: 30.93 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sód: 2493.52 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 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	
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza manna 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>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g	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>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt				
2026-04-26 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w jarzynach 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Kapusta zasmażana 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 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 Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w jarzynach 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 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 Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Schab pieczony w jarzynach 80 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 120 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt
PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt						
	Wartość energetyczna: 2242.08 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; Węglowodany ogółem: 331.11 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sód: 2795.96 mg;	Wartość energetyczna: 2210.37 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 325.69 g; W tym cukry: 67.31 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Sód: 2286.07 mg;	Wartość energetyczna: 2032.85 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 51.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 314.82 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 17.77 g; Sód: 2288.23 mg;	Wartość energetyczna: 2044.02 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sód: 2443.23 mg;	Wartość energetyczna: 2336.64 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 330.05 g; W tym cukry: 69.12 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sód: 2499.81 mg;	Wartość energetyczna: 1813.91 kcal; Białko ogółem: 51.31 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 15.14 g; Sód: 1966.73 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-13 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,)</p> <p>Ogórek kiszony 100 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,)</p> <p>Pomidor 100 g</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)</p> <p>Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,)</p> <p>Ogórek kiszony 100 g</p>
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)		
	Obiad	<p>Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, SEL,)</p> <p>Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ,)</p> <p>Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL,)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL,)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)</p> <p>Makaron 170 g (GLU PSZ,)</p> <p>Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL,)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL,)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, SEL,)</p> <p>Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ,)</p> <p>Potrawka drobiowa z warzywami # 250 g (GLU PSZ, SEL,)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL,)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)</p> <p>Pasta z cukinii i marchewki 100 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)</p> <p>Pasta z cukinii i marchewki 100 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,)</p> <p>Pasta z cukinii i marchewki 100 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 300 ml</p>
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt		
	<p>Wartość energetyczna: 2219.22 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 334.10 g; W tym cukry: 58.56 g; Błonnik pok.: 39.90 g; Sód: 3952.03 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1996.28 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 304.56 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sód: 2754.88 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2083.25 kcal;</p> <p>Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g;</p> <p>Węglowodany ogółem: 309.52 g; W tym cukry: 51.72 g; Błonnik pok.: 41.27 g; Sód: 3628.41 mg;</p>	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-14 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL.</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 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL.</u>) sałatka z kalafiora i pomidora 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL.</u>) Pomidor 100 g
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Karczek pieczony 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Sos meksykański 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka schabowa duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka # 120 g (<u>SEL.</u>) Rzepa biała 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka # 120 g (<u>SEL.</u>) Rzepa biała 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Jabłko 1 szt 1 szt			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2275.10 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 332.19 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sód: 2363.36 mg;	Wartość energetyczna: 2255.90 kcal; Białko ogółem: 91.90 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 330.52 g; W tym cukry: 63.10 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sód: 2429.93 mg;	Wartość energetyczna: 2141.93 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 42.00 g; Błonnik pok.: 43.11 g; Sód: 3184.31 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-15 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Ryż na mleku 300 ml (MLE,)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR,) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)		
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos pietruszkowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB,) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml
	PN	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,)		
	Wartość energetyczna: 2164.41 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 289.14 g; W tym cukry: 35.60 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sód: 3934.30 mg;	Wartość energetyczna: 2337.88 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 316.10 g; W tym cukry: 40.17 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sód: 3302.02 mg;	Wartość energetyczna: 2057.11 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 270.76 g; W tym cukry: 30.36 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sód: 3823.15 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-16 czwartek	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Brokuł gotowany* 70 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Brokuł gotowany* 70 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Brokuł gotowany* 70 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	<p>Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p> <p>Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g</p>	<p>Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (SEL, GLU JĘCZ.)</p> <p>Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g</p> <p>Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 300 ml</p>	<p>Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE.)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g</p> <p>Salatka jarzynowa - dieta 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 300 ml</p>
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)		
		<p>Wartość energetyczna: 2379.21 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 84.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 333.74 g; W tym cukry: 51.62 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sód: 4126.59 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2241.25 kcal; Białko ogółem: 97.39 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 321.73 g; W tym cukry: 61.77 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sód: 2596.23 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2049.50 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; Węglowodany ogółem: 294.86 g; W tym cukry: 39.85 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sód: 3510.63 mg;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-17 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 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>) 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>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza manna 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem 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 warzyw gotowanych z jajkiem 60 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Pomidor 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 warzyw gotowanych z jajkiem 60 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</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 warzyw gotowanych z jajkiem 60 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2352.48 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 344.44 g; W tym cukry: 86.88 g; Błonnik pok.: 29.41 g; Sód: 2400.25 mg;	Wartość energetyczna: 2446.01 kcal; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 355.23 g; W tym cukry: 87.22 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sód: 2236.46 mg;	Wartość energetyczna: 1928.09 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 286.21 g; W tym cukry: 66.61 g; Błonnik pok.: 30.56 g; Sód: 2149.74 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-18 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pasta z buraka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.)
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Obiad	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 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.) Pasta z wędliną drob wp i natką pietruszki 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2271.40 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 319.81 g; W tym cukry: 55.06 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sód: 3940.37 mg;	Wartość energetyczna: 2336.59 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 80.62 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 312.35 g; W tym cukry: 58.84 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sód: 3556.86 mg;	Wartość energetyczna: 2108.11 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; Węglowodany ogółem: 298.66 g; W tym cukry: 49.00 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sód: 4384.64 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-19 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</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 JEĆZ.</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2263.79 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 317.56 g; W tym cukry: 47.97 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 2534.16 mg;	Wartość energetyczna: 2366.67 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 328.49 g; W tym cukry: 49.76 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sód: 2592.27 mg;	Wartość energetyczna: 2197.37 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; W tym cukry: 42.87 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 2629.76 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Marchew gotowana z olejem 100 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 400 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos jogurtowo-truskawkowy* 120 g (MLE.)	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody 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 sera żółtego i brokuła 60 g (JAJ, MLE, GOR.) 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 i brokuła 60 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 sera żółtego i brokuła 60 g (JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	
	Wartość energetyczna: 2460.97 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 418.73 g; W tym cukry: 63.99 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sód: 3043.45 mg;	Wartość energetyczna: 2487.40 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 431.98 g; W tym cukry: 70.60 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sód: 2172.72 mg;	Wartość energetyczna: 2001.12 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; W tym cukry: 32.82 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sód: 3127.13 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny 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,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasta warzywna # 100 g (SEL,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasta warzywna # 100 g (SEL,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasta warzywna # 100 g (SEL,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Kalafior gotowany* 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE,)		
		Wartość energetyczna: 2515.82 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 359.57 g; W tym cukry: 53.33 g; Błonnik pok.: 40.66 g; Sód: 2886.66 mg;	Wartość energetyczna: 2378.30 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 344.06 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sód: 2837.73 mg;	Wartość energetyczna: 2385.56 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 337.98 g; W tym cukry: 47.52 g; Błonnik pok.: 45.02 g; Sód: 2775.09 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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>) Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2097.75 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 302.63 g; W tym cukry: 68.46 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sód: 3560.61 mg;	Wartość energetyczna: 2208.98 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 325.25 g; W tym cukry: 75.94 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sód: 2335.70 mg;	Wartość energetyczna: 1889.04 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 269.60 g; W tym cukry: 41.53 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sód: 4140.59 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) 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 JEĆZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.)	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 JEĆZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 170 g (GLU PSZ.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 170 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ.) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ.) Papryka świeża 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 tofu i marchewki 60 g (SOJ.) Salata zielona 30 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Ciasto jogurtowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 2330.45 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 327.44 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 31.59 g; Sód: 2836.07 mg;	Wartość energetyczna: 2392.08 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 85.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 326.40 g; W tym cukry: 44.42 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sód: 2544.45 mg;	Wartość energetyczna: 2070.00 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 36.36 g; Sód: 2594.80 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Miód 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 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Miód 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	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 twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Sledź z cebulką w oleju 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka żydowska z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka żydowska z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata 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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	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>) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 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: 2338.31 kcal; Białko ogółem: 75.52 g; Tłuszcz: 85.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; W tym cukry: 69.95 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sód: 3379.38 mg;	Wartość energetyczna: 2354.77 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 349.39 g; W tym cukry: 72.86 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 2241.99 mg;	Wartość energetyczna: 2018.74 kcal; Białko ogółem: 91.39 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 277.79 g; W tym cukry: 51.79 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sód: 2662.92 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-25 sobota	Śniadanie	<p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)</p> <p>Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g</p> <p>Pomidor 100 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)</p> <p>Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,)</p>	<p>Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)</p>
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)
	Obiad	<p>Selerowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL,)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ,)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>		<p>Selerowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL,)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 250 g (GLU PSZ,)</p> <p>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz # 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 400 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta # 150 g (MLE, SEL,)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 400 ml</p>	<p>Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE,)</p> <p>Salatka z ryżu pełnoziarnistego, brokułów i wędliny drob wieprz # 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 400 ml</p>
	PN		Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	
	Wartość energetyczna: 2447.23 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 361.78 g; W tym cukry: 42.48 g; Błonnik pok.: 30.37 g; Sód: 3544.31 mg;	Wartość energetyczna: 2427.29 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 368.62 g; W tym cukry: 44.04 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sód: 3355.45 mg;	Wartość energetyczna: 2291.98 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 336.73 g; W tym cukry: 35.52 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sód: 2933.53 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	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,) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE,) Sałata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 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 40 g (MLE,) Sałata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 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 Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE,) Sałata zielona 30 g Cukinia pieczona z olejem * 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 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 Kopiot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 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 Bukiet warzyw gotowanych królewski 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,) Ser żółty 40 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt
PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2190.88 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 319.19 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sód: 2667.96 mg;	Wartość energetyczna: 2155.17 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 64.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; W tym cukry: 67.07 g; Błonnik pok.: 18.24 g; Sód: 2209.27 mg;	Wartość energetyczna: 2044.02 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 69.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; W tym cukry: 52.02 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sód: 2443.23 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,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆZ - 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,