

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) 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, S02.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, 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 pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) 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, S02.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, 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 pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 80 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami# 60 g (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 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 (miruna) z warzywami# 60 g (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami# 60 g (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami# 60 g (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 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 (miruna) z warzywami# 120 g (RYB, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2050.52 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sód: 3446.24 mg;	Wartość energetyczna: 2091.10 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 309.63 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sód: 3265.49 mg;	Wartość energetyczna: 1872.07 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 274.54 g; W tym cukry: 49.55 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sód: 3056.97 mg;	Wartość energetyczna: 1937.47 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 45.98 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 312.78 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sód: 3276.52 mg;	Wartość energetyczna: 2425.24 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 73.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 346.12 g; W tym cukry: 76.55 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sód: 5001.42 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-04-28 wtorek	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>) Pasztecik Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				
		Wartość energetyczna: 2437.35 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 323.17 g; W tym cukry: 35.52 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sód: 4054.76 mg;	Wartość energetyczna: 2408.31 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 338.57 g; W tym cukry: 45.10 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sód: 2920.39 mg;	Wartość energetyczna: 1984.10 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 269.17 g; W tym cukry: 30.54 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sód: 4013.69 mg;	Wartość energetyczna: 2290.11 kcal; Białko ogółem: 115.11 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; Węglowodany ogółem: 338.36 g; W tym cukry: 44.92 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sód: 2933.99 mg;	Wartość energetyczna: 2797.16 kcal; Białko ogółem: 151.14 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 384.58 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sód: 3749.19 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-04-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pomidor 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.) Ser żółty 40 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 150 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy# 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy# 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy# 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy# 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) 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.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) 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.) 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.) 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.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 100 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Kalafior gotowany* 100 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2191.42 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; W tym cukry: 51.07 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sód: 2696.28 mg;	Wartość energetyczna: 2021.79 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; W tym cukry: 47.53 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 2778.22 mg;	Wartość energetyczna: 2027.55 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 302.18 g; W tym cukry: 45.33 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sód: 2455.63 mg;	Wartość energetyczna: 1875.06 kcal; Białko ogółem: 86.34 g; Tłuszcz: 42.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 305.27 g; W tym cukry: 46.62 g; Błonnik pok.: 23.61 g; Sód: 2734.60 mg;	Wartość energetyczna: 2305.33 kcal; Białko ogółem: 123.66 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; W tym cukry: 50.54 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sód: 4605.55 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt		Serek naturalny Hej 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 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.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 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>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 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.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 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.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>)		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>)		Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2503.83 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 78.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 385.41 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sód: 3213.00 mg;	Wartość energetyczna: 2540.86 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 386.29 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sód: 3002.88 mg;	Wartość energetyczna: 2148.33 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; W tym cukry: 39.44 g; Błonnik pok.: 44.75 g; Sód: 2541.40 mg;	Wartość energetyczna: 2344.66 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 379.92 g; W tym cukry: 49.79 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sód: 2949.17 mg;	Wartość energetyczna: 2807.50 kcal; Białko ogółem: 122.85 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 402.19 g; W tym cukry: 58.57 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sód: 4261.34 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 50 g 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.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 120 g (MLE.) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	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.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 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.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g 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.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				
		Wartość energetyczna: 2181.92 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; W tym cukry: 111.08 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sód: 2354.06 mg;	Wartość energetyczna: 2244.22 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 359.17 g; W tym cukry: 110.58 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 2264.08 mg;	Wartość energetyczna: 1828.76 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 276.59 g; W tym cukry: 63.18 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sód: 2114.37 mg;	Wartość energetyczna: 2096.79 kcal; Białko ogółem: 89.83 g; Tłuszcz: 40.69 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 359.24 g; W tym cukry: 110.73 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 2606.54 mg;	Wartość energetyczna: 2536.22 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 379.09 g; W tym cukry: 118.80 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 3278.68 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki 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.) 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, S02.) Sałatka wiosenna 100 g Pomidor 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, S02.) Sałatka wiosenna 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 pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 100 g Płatki 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.) 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, S02.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 100 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Buraczki gotowane 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 wędliną drob i natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 80 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2531.97 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 95.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 320.28 g; W tym cukry: 42.68 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sód: 5023.97 mg;	Wartość energetyczna: 2526.23 kcal; Białko ogółem: 119.31 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sód: 3485.88 mg;	Wartość energetyczna: 2318.40 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 286.84 g; W tym cukry: 35.54 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sód: 5341.85 mg;	Wartość energetyczna: 2408.03 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 327.14 g; W tym cukry: 58.70 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sód: 3499.48 mg;	Wartość energetyczna: 2712.32 kcal; Białko ogółem: 137.45 g; Tłuszcz: 97.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 340.83 g; W tym cukry: 63.37 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sód: 5137.21 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (GOR.) 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.) Pasta z twarogu i siemienia 60 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (GOR.) 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 Pasta z twarogu i siemienia 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata lodowa 30 g Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Marchew gotowana z olejem 70 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 120 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany 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.) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.) 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.) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.) 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 Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor b/skórki 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.) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 80 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2164.64 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; W tym cukry: 45.26 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sód: 3336.78 mg;	Wartość energetyczna: 2126.74 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 304.27 g; W tym cukry: 40.50 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2986.28 mg;	Wartość energetyczna: 1958.59 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 275.43 g; W tym cukry: 37.15 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sód: 3047.99 mg;	Wartość energetyczna: 1972.24 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 14.36 g; Węglowodany ogółem: 304.63 g; W tym cukry: 40.37 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sód: 2988.57 mg;	Wartość energetyczna: 2450.60 kcal; Białko ogółem: 130.31 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sód: 4431.76 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-04 poniedziałek	Śniadanie	Makaron 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.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Makaron 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.) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Pomidor 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 Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 120 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 100 g
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (SOJ, SEL.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (SOJ, SEL.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (SOJ, SEL.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (SOJ, SEL.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Kalańfior gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 450 g (SOJ, SEL.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Kalańfior gotowany* 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.) 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.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem 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.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2246.23 kcal; Białko ogółem: 85.29 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 331.81 g; W tym cukry: 53.46 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sód: 3863.70 mg;	Wartość energetyczna: 2253.89 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 346.17 g; W tym cukry: 61.17 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sód: 2359.59 mg;	Wartość energetyczna: 2020.41 kcal; Białko ogółem: 80.34 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; Węglowodany ogółem: 292.40 g; W tym cukry: 43.60 g; Błonnik pok.: 40.14 g; Sód: 3077.58 mg;	Wartość energetyczna: 2060.69 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.55 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 61.11 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sód: 2290.79 mg;	Wartość energetyczna: 2558.55 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 75.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 377.29 g; W tym cukry: 84.27 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sód: 4301.71 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) 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.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 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 Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 80 g (SEL.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana (bez oleju) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (GLU PSZ.) 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: 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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 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 Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 100 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	PN	Ciasto jogurtowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt		Ciasto jogurtowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2255.93 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 74.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 326.84 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sód: 3251.11 mg;	Wartość energetyczna: 2195.65 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 64.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 324.47 g; W tym cukry: 42.79 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sód: 2950.17 mg;	Wartość energetyczna: 1826.56 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 275.77 g; W tym cukry: 55.79 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sód: 2701.09 mg;	Wartość energetyczna: 1973.89 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 38.31 g; Kw. tł. nasy.: 10.95 g; Węglowodany ogółem: 325.22 g; W tym cukry: 40.70 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sód: 3121.81 mg;	Wartość energetyczna: 2456.70 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 74.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; W tym cukry: 54.85 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sód: 4524.77 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-06 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE,) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt 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,) Serek homo. naturalny 60 g (MLE,) Gruszka 1szt. 150 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 Serek homo. naturalny 60 g (MLE,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek homo. naturalny 150 g (MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB,) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB,) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB,) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany z olejem* 70 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 Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 120 g (RYB,) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2396.53 kcal; Białko ogółem: 90.84 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 377.51 g; W tym cukry: 70.20 g; Błonnik pok.: 38.03 g; Sód: 2816.31 mg;	Wartość energetyczna: 2369.21 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 359.62 g; W tym cukry: 73.33 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sód: 2539.21 mg;	Wartość energetyczna: 2053.72 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 330.99 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 37.70 g; Sód: 2981.30 mg;	Wartość energetyczna: 2251.01 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 359.41 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sód: 2552.81 mg;	Wartość energetyczna: 2756.55 kcal; Białko ogółem: 133.11 g; Tłuszcz: 81.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 392.53 g; W tym cukry: 93.74 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sód: 3179.99 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 170 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 170 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 170 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski 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.) Paszтет z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Banan 1szt. 1 szt
PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)		Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)		
	Wartość energetyczna: 2418.70 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 334.15 g; W tym cukry: 48.21 g; Błonnik pok.: 35.73 g; Sód: 3349.15 mg;	Wartość energetyczna: 2357.21 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 355.21 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sód: 2501.96 mg;	Wartość energetyczna: 2303.76 kcal; Białko ogółem: 91.52 g; Tłuszcz: 90.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 314.61 g; W tym cukry: 38.82 g; Błonnik pok.: 39.08 g; Sód: 3071.36 mg;	Wartość energetyczna: 2117.60 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 50.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 339.63 g; W tym cukry: 68.93 g; Błonnik pok.: 18.43 g; Sód: 2427.11 mg;	Wartość energetyczna: 2520.28 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 72.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 359.59 g; W tym cukry: 90.73 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sód: 3968.62 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Twarożek 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 60 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.)	Płatki pszenne 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.) Twarożek 120 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # z olejem 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g (RYB.) Warzywa po grecku # z olejem 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # z olejem 200 g (GLU PSZ, 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.) Ogórek świeży 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.) Brokuł gotowany z olejem* 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.) Ogórek świeży 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Brokuł gotowany z olejem* 100 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2112.78 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; W tym cukry: 75.80 g; Błonnik pok.: 28.12 g; Sód: 2999.00 mg;	Wartość energetyczna: 2214.01 kcal; Białko ogółem: 93.89 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; W tym cukry: 85.30 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sód: 2551.85 mg;	Wartość energetyczna: 1904.10 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 272.89 g; W tym cukry: 44.48 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sód: 2559.86 mg;	Wartość energetyczna: 2091.12 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 49.42 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 334.74 g; W tym cukry: 86.20 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sód: 2786.15 mg;	Wartość energetyczna: 2404.88 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 337.35 g; W tym cukry: 91.21 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 3437.25 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt 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.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 250 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 250 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 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.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 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 Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2328.07 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 356.53 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 37.83 g; Sód: 3103.50 mg;	Wartość energetyczna: 2488.98 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 374.04 g; W tym cukry: 53.54 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sód: 2843.42 mg;	Wartość energetyczna: 1959.95 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 300.46 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sód: 2435.17 mg;	Wartość energetyczna: 2370.78 kcal; Białko ogółem: 101.29 g; Tłuszcz: 58.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 373.83 g; W tym cukry: 53.36 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sód: 2857.02 mg;	Wartość energetyczna: 2687.06 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 392.27 g; W tym cukry: 59.84 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sód: 4110.72 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Rzodkiewka 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>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</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>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt 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 kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</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 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>)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i 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 rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>)				
	Wartość energetyczna: 2278.73 kcal; Białko ogółem: 120.57 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 302.96 g; W tym cukry: 56.42 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sód: 3512.44 mg;	Wartość energetyczna: 2251.67 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g; W tym cukry: 61.44 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sód: 3094.67 mg;	Wartość energetyczna: 2069.07 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 270.67 g; W tym cukry: 50.57 g; Błonnik pok.: 32.34 g; Sód: 3977.75 mg;	Wartość energetyczna: 2053.93 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; Tłuszcz: 48.65 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 308.01 g; W tym cukry: 61.14 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 3101.62 mg;	Wartość energetyczna: 2388.58 kcal; Białko ogółem: 140.56 g; Tłuszcz: 72.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 314.83 g; W tym cukry: 71.30 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sód: 4117.07 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-27 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30g (MLE,) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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, S02,) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL,) 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, S02,) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g 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 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami# 50 g (RYB, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami# 60 g (RYB, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 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 (miruna) z warzywami# 60 g (RYB, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami# 60 g (RYB, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1612.45 kcal; Białko ogółem: 52.12 g; Tłuszcz: 50.85 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 256.97 g; W tym cukry: 40.06 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sód: 2362.68 mg;	Wartość energetyczna: 1999.32 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 63.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 296.79 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sód: 3318.24 mg;	Wartość energetyczna: 2035.90 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 297.73 g; W tym cukry: 62.19 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sód: 3188.69 mg;	Wartość energetyczna: 1872.07 kcal; Białko ogółem: 87.26 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 274.54 g; W tym cukry: 49.55 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sód: 3056.97 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU 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>) Paszтет Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 45 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 20 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 1507.77 kcal; Białko ogółem: 50.75 g; Tłuszcz: 50.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 231.13 g; W tym cukry: 21.17 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sód: 2302.53 mg;	Wartość energetyczna: 2437.35 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 86.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.67 g; Węglowodany ogółem: 323.17 g; W tym cukry: 35.52 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sód: 4054.76 mg;	Wartość energetyczna: 2408.31 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 338.57 g; W tym cukry: 45.10 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sód: 2920.39 mg;	Wartość energetyczna: 1984.10 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 269.17 g; W tym cukry: 30.54 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sód: 4013.69 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-04-29 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pomidor 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.) Ser żółty 40 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 100 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami# 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Ćwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 20 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Kalafior gotowany* 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) 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.) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1402.21 kcal; Białko ogółem: 43.97 g; Tłuszcz: 39.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 234.32 g; W tym cukry: 19.24 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sód: 2083.60 mg;	Wartość energetyczna: 2191.42 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; W tym cukry: 51.07 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sód: 2696.28 mg;	Wartość energetyczna: 2021.79 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 311.87 g; W tym cukry: 47.53 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 2778.22 mg;	Wartość energetyczna: 2027.55 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 302.18 g; W tym cukry: 45.33 g; Błonnik pok.: 35.71 g; Sód: 2455.63 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 30 g (MLE.) Pomidor 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE.) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE.) Pomidor 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.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE.) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
	II ŚN				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięs drob i warzywami# 200 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 120 ml (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
		Wartość energetyczna: 1801.49 kcal; Białko ogółem: 51.53 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 285.47 g; W tym cukry: 25.03 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sód: 2595.53 mg;	Wartość energetyczna: 2503.83 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 78.46 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 385.41 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sód: 3213.00 mg;	Wartość energetyczna: 2287.26 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 338.05 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sód: 2650.88 mg;	Wartość energetyczna: 2401.93 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 378.03 g; W tym cukry: 39.44 g; Błonnik pok.: 44.75 g; Sód: 2893.40 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-05-01 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 50 g 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.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 50 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	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.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 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.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				
		Wartość energetyczna: 1619.82 kcal; Białko ogółem: 43.11 g; Tłuszcz: 43.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 281.44 g; W tym cukry: 84.70 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sód: 2021.45 mg;	Wartość energetyczna: 2181.92 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; W tym cukry: 111.08 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sód: 2354.06 mg;	Wartość energetyczna: 2244.22 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 359.17 g; W tym cukry: 110.58 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 2264.08 mg;	Wartość energetyczna: 1828.76 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 276.59 g; W tym cukry: 63.18 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sód: 2114.37 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-02 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki 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>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 30 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 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>) Pasta z wędliną drob i natką pietruszki 60 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
		Wartość energetyczna: 1660.31 kcal; Białko ogółem: 58.22 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 238.38 g; W tym cukry: 34.64 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sód: 2247.13 mg;	Wartość energetyczna: 2531.97 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 95.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 320.28 g; W tym cukry: 42.68 g; Błonnik pok.: 31.50 g; Sód: 5023.97 mg;	Wartość energetyczna: 2526.23 kcal; Białko ogółem: 119.31 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; W tym cukry: 58.88 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sód: 3485.88 mg;	Wartość energetyczna: 2318.40 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 286.84 g; W tym cukry: 35.54 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sód: 5341.85 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek ze słonecznikiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 70 g	Płatki jęczmienne 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>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (<u>GOR.</u>) 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 i siemienia 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki jęczmienne 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 ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (<u>GOR.</u>) 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	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 50 g 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 b/k/b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k/b/s 90 g 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 b/k/b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Miód 60 g Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, SO2.</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>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, SO2.</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>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 1721.28 kcal; Białko ogółem: 47.94 g; Tłuszcz: 44.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g; W tym cukry: 16.41 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sód: 2161.72 mg;	Wartość energetyczna: 2164.64 kcal; Białko ogółem: 98.76 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 305.46 g; W tym cukry: 45.26 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sód: 3336.78 mg;	Wartość energetyczna: 2126.74 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 304.27 g; W tym cukry: 40.50 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2986.28 mg;	Wartość energetyczna: 1958.59 kcal; Białko ogółem: 98.27 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 275.43 g; W tym cukry: 37.15 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sód: 3047.99 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-04 pomedziatek	Śniadanie	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 Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron 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>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</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>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kalań gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 200 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Wartość energetyczna: 1706.56 kcal; Białko ogółem: 56.23 g; Tłuszcz: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; W tym cukry: 38.31 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sód: 2324.01 mg;	Wartość energetyczna: 2210.91 kcal; Białko ogółem: 85.58 g; Tłuszcz: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 321.77 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 29.85 g; Sód: 3376.88 mg;	Wartość energetyczna: 2165.55 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 330.02 g; W tym cukry: 58.97 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sód: 2179.59 mg;	Wartość energetyczna: 2178.83 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; W tym cukry: 51.06 g; Błonnik pok.: 41.59 g; Sód: 3301.67 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 10 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Ciasto jogurtowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 1722.89 kcal; Białko ogółem: 58.29 g; Tłuszcz: 53.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 267.17 g; W tym cukry: 16.90 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sód: 2595.27 mg;	Wartość energetyczna: 2204.73 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 314.92 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sód: 3123.11 mg;	Wartość energetyczna: 2140.45 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; W tym cukry: 42.55 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sód: 2873.37 mg;	Wartość energetyczna: 1780.96 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 52.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 265.13 g; W tym cukry: 55.73 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sód: 2605.09 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-06 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej # 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 50 g (RYB.) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany z olejem* 70 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 1632.10 kcal; Białko ogółem: 44.32 g; Tłuszcz: 45.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.80 g; Węglowodany ogółem: 277.89 g; W tym cukry: 71.88 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sód: 2137.24 mg;	Wartość energetyczna: 2483.20 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 77.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 375.90 g; W tym cukry: 82.66 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sód: 2607.46 mg;	Wartość energetyczna: 2314.01 kcal; Białko ogółem: 88.61 g; Tłuszcz: 70.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 347.72 g; W tym cukry: 73.09 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sód: 2462.41 mg;	Wartość energetyczna: 2053.72 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 330.99 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 37.70 g; Sód: 2981.30 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-07 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp -dieta 100 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 150 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL.) Makaron 170 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 170 g (GLU PSZ.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.)			Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 1631.92 kcal; Białko ogółem: 51.52 g; Tłuszcz: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 260.41 g; W tym cukry: 13.88 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sód: 2046.23 mg;	Wartość energetyczna: 2367.50 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 92.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 322.23 g; W tym cukry: 48.21 g; Błonnik pok.: 35.07 g; Sód: 3221.15 mg;	Wartość energetyczna: 2302.01 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 343.31 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sód: 2425.16 mg;	Wartość energetyczna: 2431.76 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 91.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 344.41 g; W tym cukry: 38.82 g; Błonnik pok.: 40.73 g; Sód: 3391.36 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-08 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Warzywa po grecku # z olejem 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # z olejem 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Wartość energetyczna: 1582.88 kcal; Białko ogółem: 50.65 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 253.18 g; W tym cukry: 59.15 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sód: 2165.07 mg;	Wartość energetyczna: 2061.58 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; W tym cukry: 75.80 g; Błonnik pok.: 27.46 g; Sód: 2871.00 mg;	Wartość energetyczna: 2158.81 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 321.94 g; W tym cukry: 85.06 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2475.05 mg;	Wartość energetyczna: 1904.10 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 272.89 g; W tym cukry: 44.48 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sód: 2559.86 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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	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.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) 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.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 250 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 1766.80 kcal; Białko ogółem: 54.23 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 282.32 g; W tym cukry: 27.53 g; Błonnik pok.: 22.17 g; Sód: 2449.57 mg;	Wartość energetyczna: 2276.87 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 344.61 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sód: 2975.50 mg;	Wartość energetyczna: 2433.78 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 362.14 g; W tym cukry: 53.30 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sód: 2766.62 mg;	Wartość energetyczna: 1959.95 kcal; Białko ogółem: 78.72 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 300.46 g; W tym cukry: 59.79 g; Błonnik pok.: 37.80 g; Sód: 2435.17 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-27 do dnia 2026-05-10 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	II ŚN				Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
		Wartość energetyczna: 1531.76 kcal; Białko ogółem: 48.16 g; Tłuszcz: 45.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 251.65 g; W tym cukry: 48.77 g; Bionnik pok.: 24.24 g; Sód: 2076.11 mg;	Wartość energetyczna: 2227.53 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 291.04 g; W tym cukry: 56.42 g; Bionnik pok.: 28.90 g; Sód: 3384.44 mg;	Wartość energetyczna: 2196.47 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; W tym cukry: 61.20 g; Bionnik pok.: 24.24 g; Sód: 3017.87 mg;	Wartość energetyczna: 2069.07 kcal; Białko ogółem: 115.51 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 270.67 g; W tym cukry: 50.57 g; Bionnik pok.: 32.34 g; Sód: 3977.75 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 JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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