

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                         |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-10 poniedziałek | Śniadanie | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Arbuz 200 g<br>Pomidor 80 g | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Arbuz 200 g<br>Pomidor 80 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Arbuz 200 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Arbuz 200 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Arbuz 200 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Arbuz 200 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Arbuz 200 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) |
|                         | Obiad     | Fasolowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron z serem na słońo 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron z serem na słońo 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                     | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                | Fasolowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron z serem na słońo 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                    | Fasolowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron z serem na słońo 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                            | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron z serem na słońo 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                             | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                | Fasolowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron z serem na słońo 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                      |
|                         | Kolacja   | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                           | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                         | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                   | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                          | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                 | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                   | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                |
|                         | PN        | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2601.34 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 387.79 g; W tym cukry: 96.83 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 6.69 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2546.59 kcal; Białko ogółem: 116.41 g; Tłuszcz: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 381.22 g; W tym cukry: 99.07 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 5.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2495.35 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 407.66 g; W tym cukry: 76.58 g; Błonnik pok.: 36.42 g; Sól: 8.44 g;                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2178.75 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 311.56 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 5.23 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2510.44 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 377.28 g; W tym cukry: 89.48 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 6.52 g;                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2455.69 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 62.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 370.71 g; W tym cukry: 91.72 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 5.60 g;                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2478.85 kcal; Białko ogółem: 111.73 g; Tłuszcz: 53.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 404.09 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 35.38 g; Sól: 8.41 g;                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2087.85 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; W tym cukry: 53.99 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 5.06 g;                                                                                                                                                                                      |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                   |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-11 wtorek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 100 g<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt |
|                   | Obiad     | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa pieczona 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                               | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                               | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa pieczona 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                            | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                   | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                      | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                           |
|                   | Kolacja   | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g<br>Sałatka wiosenna () 70 g<br>Sałata zielona 30 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                      | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g                                                                                                                                                                               | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g                                                                                                             | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g<br>Sałatka wiosenna () 70 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Sałata zielona 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Makaron drobny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g<br>Sałatka wiosenna () 70 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałata zielona 30 g                                                                                           | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Makaron drobny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g                                                                                      | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g                                                                                                                              | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g<br>Sałatka wiosenna () 70 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Sałata zielona 30 g                                                                                                                                                           |
|                   | PN        | Wafle ryżowe 30 g<br>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2796.53 kcal; Białko ogółem: 132.40 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw. tł. nasy.: 46.72 g; Węglowodany ogółem: 389.28 g; W tym cukry: 102.48 g; Błonnik pok.: 39.09 g; Sól: 7.00 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2705.09 kcal; Białko ogółem: 136.84 g; Tłuszcz: 68.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 398.31 g; W tym cukry: 114.78 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 5.51 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2546.45 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 408.68 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 6.07 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2114.89 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; W tym cukry: 63.99 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 5.87 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2531.55 kcal; Białko ogółem: 119.62 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 370.93 g; W tym cukry: 95.94 g; Błonnik pok.: 38.84 g; Sól: 6.66 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2581.14 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 380.26 g; W tym cukry: 107.44 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sól: 5.36 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2546.45 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 408.68 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sól: 6.07 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2023.99 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 56.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 282.50 g; W tym cukry: 56.64 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 5.70 g;                                                                                                                                                                                                                                  |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                  |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-12 środa | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Kiwi 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Banan 1szt. 1 szt | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL,</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Banan 1szt. 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Banan 1szt. 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Banan 1szt. 1 szt | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL,</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kiwi 1 szt 1 szt |
|                  | Obiad     | Pieczarkowa z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                               | Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                  | Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                    | Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                     | Pieczarkowa z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                             | Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                          | Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                         | Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> )<br>Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )<br>Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                             |
|                  | Kolacja   | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ,</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                  | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                    | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL,</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Pomidor 80 g<br>Herbata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                          | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ,</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                 | Mleko 250 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Ryz na sypek 50 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ,</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                 | Mleko 250 ml ( <b>MLE,</b> )<br>Ryz na sypek 50 g<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                           | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL,</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                              | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> )<br>Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ,</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                         |
|                  | PN        | Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2756.25 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 100.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 364.59 g; W tym cukry: 99.67 g; Błonnik pok.: 28.77 g; Sól: 7.51 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2591.10 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 400.67 g; W tym cukry: 130.03 g; Błonnik pok.: 24.84 g; Sól: 6.34 g;                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2574.09 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 431.19 g; W tym cukry: 107.39 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sól: 6.88 g;                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2293.62 kcal; Białko ogółem: 97.73 g; Tłuszcz: 93.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 279.77 g; W tym cukry: 58.78 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 7.13 g;                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2660.14 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 98.58 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; W tym cukry: 92.34 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 7.38 g;                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2498.01 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 388.02 g; W tym cukry: 122.60 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 6.10 g;                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2577.11 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 430.75 g; W tym cukry: 107.29 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sól: 6.77 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2202.72 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 90.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 269.26 g; W tym cukry: 51.43 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 6.96 g;                                                                                                                                                                            |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Mandarynka 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Mandarynka 1 szt | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Mandarynka 1 szt | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Mandarynka 1 szt |
| Obiad     | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g                                                                                                                                                                                                                                              | Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                        | Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udca kurczaka 120 g<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                | Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Salatka szwedzka () 200 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                       | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                            | Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                | Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z udca kurczaka 120 g<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                     | Ziemniaczana () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Salatka szwedzka () 200 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                               |
| Kolacja   | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                             | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                 | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )                | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                                                                                              | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Platki owsiane 30 g ( <u>GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )                                                           | Platki owsiane 30 g ( <u>GLU OW.</u> )<br>Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )                         | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )                                 | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salatka jarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                      |
| PN        | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | Wartość energetyczna: 2631.07 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 96.58 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 353.78 g; W tym cukry: 84.43 g; Błonnik pok.: 38.57 g; Sól: 9.09 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2672.31 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 85.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.79 g; Węglowodany ogółem: 382.66 g; W tym cukry: 91.28 g; Błonnik pok.: 34.56 g; Sól: 7.25 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2602.47 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 418.63 g; W tym cukry: 58.09 g; Błonnik pok.: 40.52 g; Sól: 7.67 g;                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2050.58 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 65.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 291.52 g; W tym cukry: 46.84 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sól: 9.28 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2566.70 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 94.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 348.12 g; W tym cukry: 77.14 g; Błonnik pok.: 39.05 g; Sól: 8.93 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2607.94 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 377.00 g; W tym cukry: 83.99 g; Błonnik pok.: 35.04 g; Sól: 7.09 g;                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2602.47 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 418.63 g; W tym cukry: 58.09 g; Błonnik pok.: 40.52 g; Sól: 7.67 g;                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 1959.68 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 281.01 g; W tym cukry: 39.49 g; Błonnik pok.: 39.48 g; Sól: 9.11 g;                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                   |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-14 piątek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 60 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Salata zielona 30 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 60 g<br>Salata zielona 30 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Salata zielona 30 g<br>Banan 1szt. 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Mandarynka 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 60 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Salata zielona 30 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 60 g<br>Salata zielona 30 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 60 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Salata zielona 30 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Mandarynka 1 szt<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
|                   | Obiad     | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                     | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                 | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                             | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                             | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt         | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                              | Szpinakowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                         |
|                   | Kolacja   | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                     | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                     | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Salata zielona 20 g                                                                 | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                             | Ryż na sypko 50 g<br>Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Ryż na sypko 50 g<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                              | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                   |
|                   | PN        | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                      | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                           | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt                                                                                                                                                                                                         | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt                                                                                                                                                                               |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2844.85 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; Węglowodany ogółem: 419.81 g; W tym cukry: 136.21 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sól: 6.12 g;                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2739.38 kcal; Białko ogółem: 123.81 g; Tłuszcz: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 404.81 g; W tym cukry: 124.70 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 5.28 g;                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2734.57 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 426.33 g; W tym cukry: 86.72 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 7.50 g;                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2157.46 kcal; Białko ogółem: 120.60 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 288.56 g; W tym cukry: 47.05 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 6.39 g;                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2748.74 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 407.44 g; W tym cukry: 128.88 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 5.99 g;                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2643.27 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 392.44 g; W tym cukry: 117.37 g; Błonnik pok.: 18.54 g; Sól: 5.14 g;                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2734.57 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 426.33 g; W tym cukry: 86.72 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sól: 7.50 g;                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2020.36 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 265.19 g; W tym cukry: 25.82 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sól: 6.26 g;                                                                                                                                         |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                   |                                                                                                                                                                                                | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglow odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglow odanów                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-15 sobota | Śniadanie                                                                                                                                                                                      | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Kiwi 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )         | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Kiwi 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> ) | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Ogórek świeży 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kiwi 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                   | Obiad                                                                                                                                                                                          | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                          | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                      | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                       | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                          | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                           | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                        | Koperkowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
|                   | Kolacja                                                                                                                                                                                        | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztet z soczewicy () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                 | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                     | Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztet z soczewicy () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                   | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztet z soczewicy () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                                         | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g      | Platki jęczminne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztet z soczewicy () 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g                                              |
|                   | PN                                                                                                                                                                                             | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt<br>Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g<br>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g<br>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt<br>Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                      |
|                   | Wartość energetyczna: 2777.63 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 402.38 g; W tym cukry: 98.22 g; Błonnik pok.: 38.98 g; Sól: 8.77 g; | Wartość energetyczna: 2516.76 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 385.91 g; W tym cukry: 105.02 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 6.82 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2342.73 kcal; Białko ogółem: 111.70 g; Tłuszcz: 48.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 386.68 g; W tym cukry: 71.63 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sól: 6.67 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2217.04 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 323.93 g; W tym cukry: 64.81 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 6.35 g;                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2686.73 kcal; Białko ogółem: 120.04 g; Tłuszcz: 79.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 391.87 g; W tym cukry: 90.87 g; Błonnik pok.: 38.98 g; Sól: 8.60 g;                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2425.86 kcal; Białko ogółem: 122.79 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; W tym cukry: 97.67 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 6.65 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2435.12 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 49.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 406.52 g; W tym cukry: 72.66 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 7.07 g;                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2126.14 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; W tym cukry: 57.46 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 6.21 g;                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA**

|                      |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglow odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglow odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-16 niedziela | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Papryka świeża 80 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Pomidor 80 g | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Pomidor 80 g | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Papryka świeża 80 g | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Pomidor 80 g | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g |
|                      | Obiad     | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko pieczone 1 szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                            | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                        | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko pieczone 1 szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                           | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                              | Rosół z makaronem () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                 |
|                      | Kolacja   | Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                 | Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                    | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                               | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                     | Mleko 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Ryż na sypko 50 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                   | Mleko 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Ryż na sypko 50 g<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                               | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                 | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                              |
|                      | PN        | Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                      |           | Wartość energetyczna: 3030.40 kcal; Białko ogółem: 152.08 g; Tłuszcz: 106.12 g; Kw. tł. nasy.: 47.98 g; Węglowodany ogółem: 380.82 g; W tym cukry: 130.17 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.11 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2967.16 kcal; Białko ogółem: 154.33 g; Tłuszcz: 85.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 406.12 g; W tym cukry: 146.73 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sól: 6.68 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2880.41 kcal; Białko ogółem: 138.00 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 421.14 g; W tym cukry: 109.41 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.02 g;                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2259.36 kcal; Białko ogółem: 136.93 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 255.03 g; W tym cukry: 45.00 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 6.32 g;                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2929.00 kcal; Białko ogółem: 146.59 g; Tłuszcz: 103.83 g; Kw. tł. nasy.: 46.22 g; Węglowodany ogółem: 366.36 g; W tym cukry: 122.81 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sól: 7.98 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2865.76 kcal; Białko ogółem: 148.84 g; Tłuszcz: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 391.66 g; W tym cukry: 139.37 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sól: 6.54 g;                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2880.41 kcal; Białko ogółem: 138.00 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 421.14 g; W tym cukry: 109.41 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.02 g;                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2168.46 kcal; Białko ogółem: 131.79 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 244.52 g; W tym cukry: 37.65 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 6.15 g;                                                                                                                                                                          |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                         |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-17 poniedziałek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Arbuz 200 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Arbuz 200 g | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Arbuz 200 g |
|                         | Obiad     | Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na mleku obiad 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 200 g<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 200 g<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                  | Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                      | Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 200 g<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 200 g<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                          | Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                  | Grochowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                               |
|                         | Kolacja   | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                          | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                          | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                            | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                       | Płatki owsiane 25 g ( <u>GLU OW.</u> )<br>Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Płatki owsiane 25 g ( <u>GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                  | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                            | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                |
|                         | PN        | Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2871.04 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 84.18 g; Kw. tł. nasy.: 48.27 g; Węglowodany ogółem: 447.03 g; W tym cukry: 123.25 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 5.79 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2894.62 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 485.44 g; W tym cukry: 131.29 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 4.75 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2665.08 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 436.67 g; W tym cukry: 85.70 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 6.65 g;                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2340.53 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 328.86 g; W tym cukry: 67.27 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 6.80 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2965.98 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 83.54 g; Kw. tł. nasy.: 47.67 g; Węglowodany ogółem: 473.42 g; W tym cukry: 119.95 g; Błonnik pok.: 37.47 g; Sól: 5.69 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2811.30 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; Węglowodany ogółem: 476.31 g; W tym cukry: 123.96 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 4.59 g;                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2665.08 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 436.67 g; W tym cukry: 85.70 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 6.65 g;                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2249.63 kcal; Białko ogółem: 109.96 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 318.35 g; W tym cukry: 59.92 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 6.63 g;                                                                                                                                                                                              |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                   |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-18 wtorek | Śniadanie | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 100 g | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 100 g | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt |
|                   | Obiad     | Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                                   | Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                     | Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe duszone z udźca 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                       | Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                                   | Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                     | Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe duszone z udźca 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                               |
|                   | Kolacja   | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szprot w sosie pomidorowym 30 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                   | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                           | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                         | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szprot w sosie pomidorowym 30 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                    | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 50 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szprot w sosie pomidorowym 30 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                             | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 50 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                     | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                         | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szprot w sosie pomidorowym 30 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                            |
|                   | PN        | Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt<br>Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt<br>Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt<br>Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt<br>Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2729.94 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 74.95 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 420.34 g; W tym cukry: 88.14 g; Błonnik pok.: 38.68 g; Sól: 7.10 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2772.96 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 435.29 g; W tym cukry: 91.43 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sól: 6.29 g;                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2618.08 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 452.55 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sól: 6.58 g;                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2315.81 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 327.36 g; W tym cukry: 49.69 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 6.33 g;                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2712.77 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; Węglowodany ogółem: 416.66 g; W tym cukry: 87.63 g; Błonnik pok.: 38.41 g; Sól: 7.21 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna: 2755.79 kcal; Białko ogółem: 119.41 g; Tłuszcz: 70.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 431.61 g; W tym cukry: 90.91 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 6.40 g;                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2618.08 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 452.55 g; W tym cukry: 59.47 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sól: 6.58 g;                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2224.91 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; W tym cukry: 42.34 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 6.16 g;                                                                                                                                                                                                    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                  |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglow odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglow odanów                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-19 środa | Śniadanie | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Ogórek świeży 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 80 g | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 80 g | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Ogórek świeży 80 g | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 80 g | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g<br>Pomidor 80 g |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                  | Obiad     | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Eskalopka z udźca kurczaka 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Sałata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                            | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sałata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                           | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                      | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Sałata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                    | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Eskalopka z udźca kurczaka 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                               | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sałata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                       | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Sałata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                   | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Sałata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Ziemniaki gotowane () 200 g |
|                  | Kolacja   | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Pasztet Jana,wędłina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                               | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                              | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                             | Mleko 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Ryż na sypko 50 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Pasztet Jana,wędłina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                 | Mleko 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Ryż na sypko 50 g<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                         | Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                | Sałatka z pomidorów i koperku 100 g<br>Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
|                  | PN        | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g<br>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                  |           | Wartość energetyczna: 2739.69 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 88.84 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 385.44 g; W tym cukry: 108.55 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 7.87 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2485.08 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 372.73 g; W tym cukry: 95.13 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sól: 6.06 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2528.61 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 411.92 g; W tym cukry: 70.89 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 7.08 g;                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2048.76 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 295.15 g; W tym cukry: 72.91 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 6.24 g;                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2638.29 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 86.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 370.98 g; W tym cukry: 101.19 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sól: 7.74 g;                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2383.68 kcal; Białko ogółem: 115.42 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 358.27 g; W tym cukry: 87.77 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 5.92 g;                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2528.61 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 411.92 g; W tym cukry: 70.89 g; Błonnik pok.: 31.92 g; Sól: 7.08 g;                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 1957.86 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 51.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 284.64 g; W tym cukry: 65.56 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 6.10 g;                                                                                                  |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                     |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-20 czwartek | Śniadanie | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Mus z jabłek () z/c 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Mus z jabłek () z/c 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ,<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt           | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Mus z jabłek () z/c 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt       | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <b>SOJ</b> ,<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor koktajlowy 100 g<br>Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ,<br>Jabłko 1 szt 1 szt |
|                     | Obiad     | Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka pieczony w ziołach 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Surówka wielowarzynna z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> ,<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                 | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                | Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 200 g ( <b>SEL</b> ,<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                | Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka pieczony w ziołach 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Surówka wielowarzynna z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> ,<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                        | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                            | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                       | Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ,<br>Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 200 g ( <b>SEL</b> ,<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                         |
|                     | Kolacja   | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Papryka świeża 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                         | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                 | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt          | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g                                                                                                                        | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Papryka świeża 80 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                  | Mleko 250 ml ( <b>MLE</b> ,<br>Kasza kukurydziana/sypko 50 g<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ,<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g                                                 |
|                     | PN        | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                     |           | Wartość energetyczna: 2673.84 kcal; Białko ogółem: 136.14 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 394.81 g; W tym cukry: 117.44 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sól: 9.33 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2619.16 kcal; Białko ogółem: 140.63 g; Tłuszcz: 57.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 394.96 g; W tym cukry: 108.99 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 7.86 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2435.43 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 46.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 402.03 g; W tym cukry: 53.07 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 8.66 g;                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2052.12 kcal; Białko ogółem: 124.02 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 273.09 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 8.59 g;                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2673.84 kcal; Białko ogółem: 136.14 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 394.81 g; W tym cukry: 117.44 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sól: 9.33 g;                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna: 2515.55 kcal; Białko ogółem: 135.08 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 381.22 g; W tym cukry: 101.64 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 7.82 g;                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2435.43 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 46.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 402.03 g; W tym cukry: 53.07 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sól: 8.66 g;                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 1961.22 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 262.58 g; W tym cukry: 49.23 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 8.42 g;                                                                                                                                                   |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                   |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-21 piątek | Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 60 g<br>Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Arbuz 200 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 60 g<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 60 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                      | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )<br>Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 60 g<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 60 g<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 60 g<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                       | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Arbuz 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g |
|                   | Obiad     | Kalafiorowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                            | Kalafiorowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                          | Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                  | Kalafiorowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                    | Kalafiorowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                           | Kalafiorowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                  | Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                             | Kalafiorowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB,</u> )<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                            |
|                   | Kolacja   | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Salatka wiosenna () 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                 | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                      | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Polędwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Salatka wiosenna () 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                           | Mleko 250 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Makaron 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Salatka wiosenna () 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                | Mleko 250 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Makaron 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt              | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Polędwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Salatka wiosenna () 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                   |
|                   | PN        | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                             | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ,</u> )                                                                                                                                                                                                               | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                             | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW,</u> )<br>Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                                                                                                                                                                                                    |
|                   |           | Wartość energetyczna: 3014.85 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 103.78 g; Kw. tł. nasy.: 43.55 g; Węglowodany ogółem: 423.84 g; W tym cukry: 144.60 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 6.55 g;                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2721.24 kcal; Białko ogółem: 122.55 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 420.82 g; W tym cukry: 144.17 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 5.41 g;                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 408.14 g; W tym cukry: 83.03 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 7.03 g;                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2352.25 kcal; Białko ogółem: 111.65 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; Węglowodany ogółem: 313.58 g; W tym cukry: 84.61 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 5.86 g;                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2251.30 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 101.45 g; Kw. tł. nasy.: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 409.45 g; W tym cukry: 137.22 g; Błonnik pok.: 31.37 g; Sól: 6.41 g;                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna: 2618.69 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 406.43 g; W tym cukry: 136.79 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 5.28 g;                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 408.14 g; W tym cukry: 83.03 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sól: 7.03 g;                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna: 2261.35 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 303.07 g; W tym cukry: 77.26 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 5.69 g;                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                   |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-22 sobota | Śniadanie | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Mus z jabłek () z/c 100 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 80 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Mus z jabłek () z/c 100 g<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Poledwica delikatna-produkt blokowy<br>drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) |
|                   | Obiad     | Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                       | Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                       | Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                | Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                  | Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                       | Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                               | Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                | Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                          |
|                   | Kolacja   | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Papryka świeża 80 g                                                                                                                        | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                       | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                      | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Papryka świeża 80 g                                                                                                                                                                                               | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Papryka świeża 80 g                                                                                                        | Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                               | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                      | Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g<br>Papryka świeża 80 g                                                                                                                       |
|                   | PN        | Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2682.39 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 87.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 383.31 g; W tym cukry: 89.52 g; Błonnik pok.: 37.77 g; Sól: 9.53 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2652.61 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 401.32 g; W tym cukry: 89.80 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sól: 7.38 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna: 2534.20 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 425.26 g; W tym cukry: 54.45 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 8.01 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2125.74 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 304.13 g; W tym cukry: 53.95 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.27 g;                                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2591.49 kcal; Białko ogółem: 99.05 g; Tłuszcz: 84.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 372.80 g; W tym cukry: 82.17 g; Błonnik pok.: 37.77 g; Sól: 9.36 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2561.71 kcal; Białko ogółem: 103.97 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 390.81 g; W tym cukry: 82.45 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sól: 7.21 g;                                                                                                                                                                                                                                                             | Wartość energetyczna: 2533.76 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 426.40 g; W tym cukry: 55.89 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sól: 7.02 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2034.84 kcal; Białko ogółem: 88.71 g; Tłuszcz: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 293.62 g; W tym cukry: 46.60 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sól: 7.10 g;                                                                                                                                                                                                     |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-10 do dnia 2024-06-23 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

|                      |           | BB- BCO WYZ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYZ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | BB- BCO WYZ 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | BB- BCO WYZ 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | BB- BCO WYS 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | BB- BCO WYS 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | BB- BCO WYS 3 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | BB- BCO WYS 6 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglow. odanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-06-23 niedziela | Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 100 g | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Papryka świeża 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Papryka świeża 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus z jabłek () z/c 100 g | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca<br>Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Papryka świeża 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Mizeria 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                       | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlet schabowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Mizeria 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                                                         | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Sos własny () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                               | Pomidorowa z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany 120 g<br>Ziemniaki gotowane () 200 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot owocowy* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                    |
|                      | Kolacja   | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt                                                                                                                                                                              | Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                          | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                      | Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Ryż na sypko 50 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                            | Mleko 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Ryż na sypko 50 g<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                            | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cukier 5g (saszetka) 1 szt<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                       | Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                           |
|                      | PN        | Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt<br>Waflę ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2709.78 kcal; Białko ogółem: 121.01 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 390.13 g; W tym cukry: 86.61 g; Błonnik pok.: 29.71 g; Sól: 5.65 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2616.28 kcal; Białko ogółem: 138.09 g; Tłuszcz: 60.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 385.05 g; W tym cukry: 87.96 g; Błonnik pok.: 21.64 g; Sól: 4.70 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2621.03 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 421.77 g; W tym cukry: 59.84 g; Błonnik pok.: 35.08 g; Sól: 5.86 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2089.42 kcal; Białko ogółem: 124.42 g; Tłuszcz: 53.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 286.08 g; W tym cukry: 40.31 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 4.83 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2608.38 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 76.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 375.67 g; W tym cukry: 79.25 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 5.52 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna: 2514.88 kcal; Białko ogółem: 132.50 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.24 g; Węglowodany ogółem: 370.59 g; W tym cukry: 80.60 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 4.53 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2642.32 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 426.45 g; W tym cukry: 59.94 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 5.87 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 1998.52 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Tłuszcz: 50.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 275.57 g; W tym cukry: 32.96 g; Błonnik pok.: 28.18 g; Sól: 4.66 g;                                                                                                                                                                                                                                                                       |

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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