

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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.węglowodanów	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.węglowodanów	
2024-06-24 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Salata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Salata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Mleko 250 ml (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 35 g (<u>GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mleko 250 ml (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 35 g (<u>GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Mleko 250 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szprot w sosie pomidorowym 40 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
BN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt								
	Wartość energetyczna: 2419.72 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 374.94 g; W tym cukry: 89.99 g; Błonnik pok.: 40.88 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2405.35 kcal; Białko ogółem: 115.61 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; W tym cukry: 84.01 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 2440.24 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 393.95 g; W tym cukry: 53.65 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 1837.27 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 52.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 279.10 g; W tym cukry: 46.00 g; Błonnik pok.: 38.75 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2328.82 kcal; Białko ogółem: 91.65 g; Tłuszcz: 63.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 364.43 g; W tym cukry: 82.64 g; Błonnik pok.: 40.88 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2322.03 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; W tym cukry: 76.68 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2440.24 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 393.95 g; W tym cukry: 53.65 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 1844.48 kcal; Białko ogółem: 77.46 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 279.08 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sól: 5.99 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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. węglowodanów	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. węglowodanów
2024-06-25 wtorek	Śniadanie	Obiad	Kolacja	PN				

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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.węglowodanów	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.węglowodanów
2024-06-26 środa	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Gryskowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Gryskowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Gryskowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Gryskowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Salatka wiosenna () 100 g Płatki owsiane 25 g (GLU OW.) Mleko 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane 25 g (GLU OW.) Mleko 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Salatka wiosenna - diety 100 g Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Salatka wiosenna () 100 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2912.09 kcal; Białko ogółem: 125.46 g; Tłuszcz: 102.97 g; Kw. tł. nasy.: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 387.75 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sól: 9.42 g;	Wartość energetyczna: 2408.11 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 360.44 g; W tym cukry: 81.32 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2468.87 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 391.53 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2118.73 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; W tym cukry: 40.85 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2905.27 kcal; Białko ogółem: 125.53 g; Tłuszcz: 103.11 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 385.97 g; W tym cukry: 73.36 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 2436.10 kcal; Białko ogółem: 112.89 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 364.58 g; W tym cukry: 87.03 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2468.87 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 57.06 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 391.53 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2118.73 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 310.61 g; W tym cukry: 40.85 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sól: 7.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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.węglowodanów	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.węglowodanów
2024-06-27 czwartek	Śniadanie Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banana 1szt. 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banana 1szt. 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banana 1szt. 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banana 1szt. 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banana 1szt. 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banana 1szt. 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,)
	Obiad Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemi niaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Sałata zielona z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemi niaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane () 200 g Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemi niaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Sałata zielona z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemi niaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 350 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałata zielona z sosem vinegrett 100 g (GOR,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane 25 g (GLU OW,) Mleko 250 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane 25 g (GLU OW,) Mleko 250 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g
	Wartość energetyczna: 2810.21 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 78.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; Węglowodany ogółem: 426.56 g; W tym cukry: 145.26 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2975.25 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 92.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 428.92 g; W tym cukry: 140.97 g; Błonnik pok.: 27.25 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2699.99 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 57.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 451.55 g; W tym cukry: 117.45 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2412.73 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; W tym cukry: 137.92 g; Błonnik pok.: 35.47 g; Sól: 7.28 g;	Wartość energetyczna: 2726.89 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 417.43 g; W tym cukry: 137.92 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2891.93 kcal; Białko ogółem: 112.41 g; Tłuszcz: 89.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 451.80 g; W tym cukry: 133.63 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2699.99 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 57.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 451.55 g; W tym cukry: 117.45 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2412.73 kcal; Białko ogółem: 110.68 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; W tym cukry: 48.09 g; Błonnik pok.: 35.47 g; Sól: 7.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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.węglowodanów	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.węglowodanów	
2024-06-28 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Dżem 25 g 2 szt Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 200 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g
	Obiad	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Ziemniaki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Rzodkiewka 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)			Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)			Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt
	Wartość energetyczna: 2776.29 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 93.99 g; Kw. tł. nasy.: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 381.24 g; W tym cukry: 119.20 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2531.57 kcal; Białko ogółem: 120.14 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 364.61 g; W tym cukry: 108.18 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2578.01 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 408.67 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2038.91 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 241.98 g; W tym cukry: 31.77 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 8.20 g;	Wartość energetyczna: 2685.39 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 90.99 g; Kw. tł. nasy.: 38.66 g; Węglowodany ogółem: 370.73 g; W tym cukry: 111.85 g; Błonnik pok.: 37.91 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2440.67 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 354.10 g; W tym cukry: 100.83 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 2578.01 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 408.67 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 2038.91 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 241.98 g; W tym cukry: 31.77 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 8.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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.węglowodanów	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.węglowodanów
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Twaróg półtłusty 60 g (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Papryka świeża 80 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Sałata zielona 20 g Musztarda 10 g (GOR), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE)	Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Sałata zielona 20 g Musztarda 10 g (GOR), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Papryka świeża 80 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE)	Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Sałata zielona 20 g Musztarda 10 g (GOR), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE), Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Parówki drobiowe (kieł drobno rozrż wędz, parz w osłonce niejadalnej) 80 g (SOJ), Sałata zielona 20 g Musztarda 10 g (GOR), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE)
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Buraczki gotowane () 200 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (MLE, SEL), Bitka z udźca z indyka (gotowana) 120 g (GLU PSZ), Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ), Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Kolacja	Ryż na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 50 g Mleko 250 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na sypko 50 g Mleko 250 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE), Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (SEL), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
W	Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Paszтет Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Masło extra 82% 15g (MLE), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Masło extra 82% 15g (MLE), Sałata zielona 20 g	Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ), Masło extra 82% 15g (MLE), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ), Masło extra 82% 15g (MLE), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g (SOJ), Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt	Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Paszтет Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL), Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Masło extra 82% 15g (MLE), Masło extra 82% 15g (MLE)	Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Cukier 5g (saszetka) 1 szt Masło extra 82% 15g (MLE), Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Sałata zielona 20 g Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g (SOJ), Masło extra 82% 15g (MLE)	Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g (SOJ), Masło extra 82% 15g (MLE)	Bułka graham-pszenna 70g 1 szt (GLU PSZ), Masło extra 82% 15g (MLE), Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g (SOJ), Masło extra 82% 15g (MLE)
	Wartość energetyczna: 3231.12 kcal; Białko ogółem: 147.36 g; Tłuszcz: 110.81 g; Kw. tł. nasy.: 48.15 g; Węglowodany ogółem: 427.20 g; W tym cukry: 113.36 g; Błonnik pok.: 40.00 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 3031.32 kcal; Białko ogółem: 142.35 g; Tłuszcz: 94.44 g; Kw. tł. nasy.: 43.30 g; Węglowodany ogółem: 416.13 g; W tym cukry: 113.45 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sól: 9.05 g;	Wartość energetyczna: 2847.90 kcal; Białko ogółem: 127.81 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 431.04 g; W tym cukry: 61.48 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2580.36 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 96.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 321.27 g; W tym cukry: 56.60 g; Błonnik pok.: 43.64 g; Sól: 10.05 g;	Wartość energetyczna: 3095.80 kcal; Białko ogółem: 141.87 g; Tłuszcz: 108.52 g; Kw. tł. nasy.: 46.39 g; Węglowodany ogółem: 404.26 g; W tym cukry: 97.52 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sól: 11.40 g;	Wartość energetyczna: 2896.00 kcal; Białko ogółem: 136.86 g; Tłuszcz: 92.15 g; Kw. tł. nasy.: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; W tym cukry: 97.61 g; Błonnik pok.: 31.54 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2847.90 kcal; Białko ogółem: 127.81 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 431.04 g; W tym cukry: 61.48 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 2580.36 kcal; Białko ogółem: 127.48 g; Tłuszcz: 96.00 g; Kw. tł. nasy.: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 321.27 g; W tym cukry: 56.60 g; Błonnik pok.: 43.64 g; Sól: 10.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-06-24 do dnia 2024-06-30 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. węglowodanów	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. węglowodanów
2024-06-30 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Kiwi 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ser żółty 50 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ser żółty 50 g (MLE) Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane 25 g (GLU OW.) Mleko 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane 25 g (GLU OW.) Mleko 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)
		Wartość energetyczna: 3214.62 kcal; Białko ogółem: 159.72 g; Tłuszcz: 115.17 g; Kw. tł. nasy.: 49.17 g; Węglowodany ogółem: 400.20 g; W tym cukry: 118.80 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 3075.19 kcal; Białko ogółem: 147.28 g; Tłuszcz: 88.46 g; Kw. tł. nasy.: 38.53 g; Węglowodany ogółem: 436.53 g; W tym cukry: 165.19 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 3030.48 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 462.70 g; W tym cukry: 133.70 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2567.77 kcal; Białko ogółem: 141.20 g; Tłuszcz: 99.15 g; Kw. tł. nasy.: 42.43 g; Węglowodany ogółem: 293.40 g; W tym cukry: 52.72 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 3097.38 kcal; Białko ogółem: 154.84 g; Tłuszcz: 112.31 g; Kw. tł. nasy.: 47.41 g; Węglowodany ogółem: 382.60 g; W tym cukry: 102.99 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 8.41 g;	Wartość energetyczna: 2957.95 kcal; Białko ogółem: 142.40 g; Tłuszcz: 85.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 418.93 g; W tym cukry: 149.38 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.88 g;	Wartość energetyczna: 3030.48 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 462.70 g; W tym cukry: 133.70 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2567.77 kcal; Białko ogółem: 141.20 g; Tłuszcz: 99.15 g; Kw. tł. nasy.: 42.43 g; Węglowodany ogółem: 293.40 g; W tym cukry: 52.72 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 7.68 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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