

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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
2025-11-24 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Mandarynka 2 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 2 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Mandarynka 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Mandarynka 2 szt 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 2 szt 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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jablek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 370 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jablek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany* (bez oleju) 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jablek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus z jablek () b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany* (bez oleju) 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z selera i jabłka b/c 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g 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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Pomidor 100 g 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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2198.53 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 341.11 g; W tym cukry: 85.74 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 2274.76 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 356.67 g; W tym cukry: 94.24 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 2330.50 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 50.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.48 g; Węglowodany ogółem: 374.73 g; W tym cukry: 103.26 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2193.34 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 293.42 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2280.96 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 57.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 352.91 g; W tym cukry: 86.07 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2247.10 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 351.08 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2352.36 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz: 48.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.03 g; Węglowodany ogółem: 385.93 g; W tym cukry: 99.24 g; Błonnik pok.: 30.01 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2102.44 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 282.91 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sól: 7.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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.węglowodanó w	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.węglowodanó w
2025-11-25 wtorek	Śniadanie Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko 150 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja 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>) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 100 g 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>) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Wafle ryżowe 30 g Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2448.36 kcal; Białko ogółem: 118.67 g; Tłuszcz: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 343.37 g; W tym cukry: 88.26 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2405.95 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 343.93 g; W tym cukry: 86.43 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2284.40 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 361.31 g; W tym cukry: 76.12 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2319.02 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; W tym cukry: 68.43 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2522.51 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 358.25 g; W tym cukry: 87.94 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2480.10 kcal; Białko ogółem: 123.31 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 358.81 g; W tym cukry: 86.11 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2306.52 kcal; Białko ogółem: 110.20 g; Tłuszcz: 48.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 371.44 g; W tym cukry: 70.91 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2228.12 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 73.31 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 6.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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		
2025-11-26 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (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) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g Śliwka szt 2 szt 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	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) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/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) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/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) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kotlet mielony drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kotlet mielony drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (RYB) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (RYB) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g (może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt								
	Wartość energetyczna: 2240.77 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 311.09 g; W tym cukry: 80.90 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2270.58 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 349.46 g; W tym cukry: 113.37 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2358.04 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 376.51 g; W tym cukry: 106.87 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 1936.98 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 270.09 g; W tym cukry: 57.24 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2302.42 kcal; Białko ogółem: 99.28 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; W tym cukry: 80.43 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2332.23 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 58.01 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 366.20 g; W tym cukry: 112.91 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2360.89 kcal; Białko ogółem: 98.06 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 388.52 g; W tym cukry: 101.42 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 1846.08 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 259.58 g; W tym cukry: 49.89 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 8.04 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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.węglowodanó w	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.węglowodanó w	
2025-11-27 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 90 g Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Mandarynka 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Mandarynka 1 szt 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 owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 90 g Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) Pomidor 100 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	Obiad	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka 200 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka 200 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka 200 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka 200 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	Kolacja	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)				Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)			
	Wartość energetyczna: 2295.89 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 78.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 294.30 g; W tym cukry: 59.78 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sól: 11.07 g;	Wartość energetyczna: 2188.70 kcal; Białko ogółem: 99.09 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 326.42 g; W tym cukry: 74.88 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2302.23 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 52.00 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 357.46 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 1942.16 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 267.70 g; W tym cukry: 54.62 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2350.05 kcal; Białko ogółem: 101.58 g; Tłuszcz: 79.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 302.97 g; W tym cukry: 58.76 g; Błonnik pok.: 31.10 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2242.85 kcal; Białko ogółem: 102.58 g; Tłuszcz: 60.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; W tym cukry: 73.85 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 2326.38 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.56 g; Węglowodany ogółem: 365.97 g; W tym cukry: 55.96 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 1851.26 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 57.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 257.19 g; W tym cukry: 47.27 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 9.65 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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	
2025-11-28 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (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) Dżem 60 g Twarożek 60 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 30 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Dżem 60 g Salata zielona 30 g Banan 1szt. 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 60 g (MLE) Salata zielona 30 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 60 g (MLE) Salata zielona 30 g Sliwka szt 2 szt 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	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Dżem 60 g Salata zielona 30 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 60 g (MLE) Sliwka szt 2 szt Salata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek 60 g (MLE) Sliwka szt 2 szt Salata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany * (bez oleju) 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany * (bez oleju) 200 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	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 jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z białek z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Pomidor 80 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 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) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)			Pieczynko chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)			Pieczynko chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ) Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE)
	Wartość energetyczna: 2462.04 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 76.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 343.72 g; W tym cukry: 113.51 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2433.73 kcal; Białko ogółem: 105.86 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 337.70 g; W tym cukry: 110.56 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 5.27 g;	Wartość energetyczna: 2472.79 kcal; Białko ogółem: 123.02 g; Tłuszcz: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 357.71 g; W tym cukry: 81.58 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2196.92 kcal; Białko ogółem: 121.21 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 289.20 g; W tym cukry: 58.69 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2520.66 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 78.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; Węglowodany ogółem: 354.24 g; W tym cukry: 112.34 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2492.35 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; W tym cukry: 109.39 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2523.68 kcal; Białko ogółem: 123.74 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 369.15 g; W tym cukry: 76.76 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2152.94 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 278.81 g; W tym cukry: 50.02 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sól: 6.69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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		
2025-11-29 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 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>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JECZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU JECZ</u>), Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>), Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>), Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka pieczony 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka pieczony 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>), Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>), Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka 200 g (<u>MLE</u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 80 g Salata zielona 20 g 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>), Pasta z soczewicy czerwonej 70 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>), Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g				Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2259.87 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2202.69 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 314.70 g; W tym cukry: 81.24 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2313.33 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 356.52 g; W tym cukry: 74.42 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2123.02 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 303.32 g; W tym cukry: 64.08 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2315.21 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 345.86 g; W tym cukry: 77.77 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2267.74 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 326.11 g; W tym cukry: 80.61 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2348.38 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 56.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 367.77 g; W tym cukry: 69.69 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 2032.12 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 292.81 g; W tym cukry: 56.73 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sól: 8.38 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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.węglowodanó w	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.węglowodanó w
2025-11-30 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Śliwka szt 2 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Śliwka szt 2 szt 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Filet zapiekany drobiowy 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 70 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok łoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2470.54 kcal; Białko ogółem: 136.11 g; Tłuszcz: 100.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.36 g; Węglowodany ogółem: 267.38 g; W tym cukry: 71.05 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2468.17 kcal; Białko ogółem: 135.05 g; Tłuszcz: 78.90 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 313.84 g; W tym cukry: 100.43 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 2648.81 kcal; Białko ogółem: 135.11 g; Tłuszcz: 76.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; Węglowodany ogółem: 368.45 g; W tym cukry: 99.60 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2355.69 kcal; Białko ogółem: 138.81 g; Tłuszcz: 98.13 g; Kw. tł. nasy.: 42.16 g; Węglowodany ogółem: 243.61 g; W tym cukry: 56.38 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2524.50 kcal; Białko ogółem: 140.08 g; Tłuszcz: 100.99 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 277.56 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2522.13 kcal; Białko ogółem: 139.02 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 324.02 g; W tym cukry: 99.64 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2667.67 kcal; Białko ogółem: 135.92 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 377.98 g; W tym cukry: 94.22 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2264.79 kcal; Białko ogółem: 133.67 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kw. tł. nasy.: 40.37 g; Węglowodany ogółem: 233.10 g; W tym cukry: 49.03 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 7.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u>) Mandarynka 2 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mandarynka 2 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u>) Mandarynka 2 szt 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 owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek konserwowy 100 g (<u>GOR</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	Wartość energetyczna: 2393.72 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz: 54.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 407.71 g; W tym cukry: 89.83 g; Błonnik pok.: 30.19 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2457.55 kcal; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 417.96 g; W tym cukry: 90.44 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sól: 5.05 g;	Wartość energetyczna: 2301.10 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 51.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 363.19 g; W tym cukry: 61.13 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2163.03 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 304.05 g; W tym cukry: 61.62 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2452.23 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 416.86 g; W tym cukry: 89.31 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 6.84 g;	Wartość energetyczna: 2516.06 kcal; Białko ogółem: 87.67 g; Tłuszcz: 56.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 427.12 g; W tym cukry: 89.92 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2329.61 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 372.18 g; W tym cukry: 56.51 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2072.13 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 293.54 g; W tym cukry: 54.27 g; Błonnik pok.: 38.85 g; Sól: 7.55 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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
2025-12-02 wtorek	Śniadanie Jogurt naturalny 150g 1 szt (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 z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 90 g Ketchup 20 g (SEL) Hummus 60 g (SEZ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Ser mozzarella 60 g (MLE) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Hummus 60 g (SEZ) Śliwka szt 2 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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 z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 90 g Ketchup 20 g (SEL) Hummus 60 g (SEZ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Hummus 60 g (SEZ) Pomidor 100 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy i marchewki (bez jabłka) 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy i marchewki (bez jabłka) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy i marchewki (bez jabłka) 200 g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Surówka z rzepy i marchewki (bez jabłka) 200 g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja 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 makreli wędzonej z warzywami** 60 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 80 g (RYB, SEL) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 60 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)			Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)		Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)
	Wartość energetyczna: 2769.87 kcal; Białko ogółem: 99.70 g; Tłuszcz: 96.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 375.11 g; W tym cukry: 95.11 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 11.17 g;	Wartość energetyczna: 2574.33 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 383.89 g; W tym cukry: 99.68 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2400.52 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 378.73 g; W tym cukry: 64.05 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2467.89 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 91.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 322.84 g; W tym cukry: 46.57 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 9.64 g;	Wartość energetyczna: 2955.39 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 103.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 398.01 g; W tym cukry: 101.49 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sól: 11.62 g;	Wartość energetyczna: 2732.61 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 80.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 407.42 g; W tym cukry: 106.33 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2375.74 kcal; Białko ogółem: 104.27 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 387.83 g; W tym cukry: 57.91 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2376.99 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 88.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 312.33 g; W tym cukry: 39.22 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 9.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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
2025-12-03 środa	Śniadanie Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mandarynka 1 szt Papryka świeża 80 g Sałata 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>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE</u>) Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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 wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędz ony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mandarynka 1 szt Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Eskalopka z kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona * 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona * 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysiowa 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata z pomidorów i koperku 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata z pomidorów i koperku 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata z pomidorów i koperku 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u>) Sałata z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt						
	Wartość energetyczna: 2226.67 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 77.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 298.79 g; W tym cukry: 69.64 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2209.70 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 80.85 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2262.70 kcal; Białko ogółem: 116.17 g; Tłuszcz: 42.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 359.68 g; W tym cukry: 69.79 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 1983.11 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 269.47 g; W tym cukry: 52.04 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 2300.91 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 79.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 312.37 g; W tym cukry: 68.60 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 2265.34 kcal; Białko ogółem: 117.45 g; Tłuszcz: 51.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2288.34 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 40.70 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 371.86 g; W tym cukry: 64.34 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 1892.21 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 52.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 258.96 g; W tym cukry: 44.69 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 9.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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.węglowodanó w	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.węglowodanó w
2025-12-04 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 100 g Banan 1szt. 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 100 g Banan 1szt. 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Mus z jablek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 100 g Jabłko 1 szt 1 szt 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 100 g Banan 1szt. 1 szt 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	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Mus z jablek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor koktajlowy 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt							
		Wartość energetyczna: 2345.20 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 350.01 g; W tym cukry: 113.17 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2308.81 kcal; Białko ogółem: 120.57 g; Tłuszcz: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.37 g; Węglowodany ogółem: 345.41 g; W tym cukry: 105.89 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2213.97 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 346.50 g; W tym cukry: 66.54 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2097.99 kcal; Białko ogółem: 117.73 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; W tym cukry: 72.48 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2465.31 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 370.70 g; W tym cukry: 119.73 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2338.02 kcal; Białko ogółem: 119.41 g; Tłuszcz: 54.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; W tym cukry: 105.10 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2208.08 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 13.50 g; Węglowodany ogółem: 356.03 g; W tym cukry: 61.16 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2007.09 kcal; Białko ogółem: 112.59 g; Tłuszcz: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; W tym cukry: 65.13 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sól: 6.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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	
2025-12-05 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pomidor 100 g Sliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pomidor 100 g Sliwka szt 2 szt 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	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pomidor 100 g Dżem 60 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sliwka szt 2 szt Pomidor 100 g Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sliwka szt 2 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku (bez oleju) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku (bez oleju) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 70 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) 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>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) 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>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
	Wartość energetyczna: 2435.93 kcal; Białko ogółem: 94.51 g; Tłuszcz: 92.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.97 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; W tym cukry: 97.44 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 9.06 g;	Wartość energetyczna: 2253.68 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; W tym cukry: 113.28 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 5.09 g;	Wartość energetyczna: 2363.26 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 384.97 g; W tym cukry: 106.05 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2188.81 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 40.00 g; Węglowodany ogółem: 270.59 g; W tym cukry: 58.43 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2521.10 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 93.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 336.79 g; W tym cukry: 97.34 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2338.85 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 349.36 g; W tym cukry: 113.18 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 2387.17 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; Węglowodany ogółem: 395.94 g; W tym cukry: 101.56 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 2097.91 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 75.75 g; Kw. tł. nasy.: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 260.08 g; W tym cukry: 51.08 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 7.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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	
2025-12-06 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt 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	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 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>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt 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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g 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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2237.14 kcal; Białko ogółem: 90.58 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 333.57 g; W tym cukry: 110.27 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2288.73 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; W tym cukry: 110.07 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 2344.44 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 372.75 g; W tym cukry: 108.47 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 2042.29 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 284.40 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2287.93 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g; W tym cukry: 110.29 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2339.52 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 353.14 g; W tym cukry: 110.09 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2365.23 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 383.79 g; W tym cukry: 104.39 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 1951.39 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Tłuszcz: 64.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 273.89 g; W tym cukry: 64.70 g; Błonnik pok.: 33.03 g; Sól: 6.49 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-11-24 do dnia 2025-12-07 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
2025-12-07 niedziela	Śniadanie Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Kasza manna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany* (bez oleju) 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany* (bez oleju) 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja 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>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)			Mini crispy żytynie z pomidorami i bazylią 30g 1 szt (<u>OZI, ORZ.</u>)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Mini crispy żytynie z pomidorami i bazylią 30g 1 szt (<u>OZI, ORZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2420.11 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 336.22 g; W tym cukry: 85.94 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2252.34 kcal; Białko ogółem: 122.34 g; Tłuszcz: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 318.28 g; W tym cukry: 81.36 g; Błonnik pok.: 16.77 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2356.03 kcal; Białko ogółem: 112.85 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; Węglowodany ogółem: 370.94 g; W tym cukry: 71.16 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sól: 6.60 g;	Wartość energetyczna: 2009.54 kcal; Białko ogółem: 123.69 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 248.81 g; W tym cukry: 41.40 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2471.86 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2304.09 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 80.67 g; Błonnik pok.: 17.37 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2382.38 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 49.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 382.77 g; W tym cukry: 66.89 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1918.64 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 238.30 g; W tym cukry: 34.05 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sól: 8.10 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,