

	BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów			
2026-05-11 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 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 JĘCZ.</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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka z kalafiora i pomidora 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 JĘCZ.</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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona (bez oleju)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>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 b/skórki 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
				Wartość energetyczna: 2294.72 kcal; Białko ogółem: 91.14 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 333.29 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2070.62 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 55.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 316.78 g; W tym cukry: 82.50 g; Błonnik pok.: 17.39 g; Sól: 4.57 g;	Wartość energetyczna: 2209.81 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 50.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 21.32 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2425.40 kcal; Białko ogółem: 127.49 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 303.97 g; W tym cukry: 47.32 g; Błonnik pok.: 42.32 g; Sól: 7.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-12 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. 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, 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. 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, 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 Serek homo. naturalny 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 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
	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.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 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 z olejem b/c 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 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>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2255.43 kcal; Białko ogółem: 116.87 g; Tłuszcz: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; W tym cukry: 64.96 g; Błonnik pok.: 31.10 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2245.33 kcal; Białko ogółem: 116.95 g; Tłuszcz: 67.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 305.42 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2097.53 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 48.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 326.96 g; W tym cukry: 59.65 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 2142.05 kcal; Białko ogółem: 118.18 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 277.63 g; W tym cukry: 49.13 g; Błonnik pok.: 37.28 g; Sól: 6.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-13 środa	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>) Paszтет Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor b/skórki 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 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 JĘCZ.</u>)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Sałata 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 Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 80 g Sałata 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2541.64 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz: 90.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 354.19 g; W tym cukry: 94.04 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2265.64 kcal; Białko ogółem: 99.18 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; W tym cukry: 97.82 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2348.33 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 383.17 g; W tym cukry: 96.89 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1968.24 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 274.99 g; W tym cukry: 48.12 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 6.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-14 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>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) 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 JĘCZ.</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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) 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 JĘCZ.</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 Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) 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 JĘCZ.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 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>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 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	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g (<u>GOR.</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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2578.19 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 101.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 329.90 g; W tym cukry: 69.01 g; Błonnik pok.: 38.69 g; Sól: 13.13 g;	Wartość energetyczna: 2307.28 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 84.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 303.53 g; W tym cukry: 66.19 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2221.32 kcal; Białko ogółem: 107.37 g; Tłuszcz: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 334.82 g; W tym cukry: 61.75 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2165.73 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 89.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 276.40 g; W tym cukry: 53.51 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 9.70 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-15 piątek	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>) Dżem 60 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 30 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 JĘCZ.</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 Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 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 JĘCZ.</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryba w panierce pieczona (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</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	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ćwikła z jabłkiem 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 koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ćwikła z jabłkiem 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 białek z koperkiem 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ćwikła z jabłkiem 80 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 jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ. MLE.</u>) Ćwikła z jabłkiem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2214.81 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 63.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 339.75 g; W tym cukry: 113.55 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2284.70 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 330.12 g; W tym cukry: 114.04 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 2349.71 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; W tym cukry: 83.96 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1962.71 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 252.73 g; W tym cukry: 53.52 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 6.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-16 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 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 Sałata zielona 20 g	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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 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 Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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 Pasta z brokuła * 100 g Sałata zielona 20 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 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>) Sałata zielona 20 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, 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, 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, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka 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>) Paszтет z soczewicy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka wiosenna 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałatka wiosenna - diety 100 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>) Sałatka wiosenna - diety 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>) Paszтет z soczewicy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2268.78 kcal; Białko ogółem: 102.59 g; Tłuszcz: 82.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 305.95 g; W tym cukry: 63.64 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2204.76 kcal; Białko ogółem: 103.40 g; Tłuszcz: 80.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 283.06 g; W tym cukry: 70.36 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2315.40 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 326.68 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 9.12 g;	Wartość energetyczna: 2067.76 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 279.04 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sól: 6.72 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-17 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Rzepa biała 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 JĘCZ.</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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 JĘCZ.</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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 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 JĘCZ.</u>)
	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 Buraczki gotowane 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 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
	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
		Wartość energetyczna: 2407.31 kcal; Białko ogółem: 130.98 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 299.67 g; W tym cukry: 82.64 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2470.83 kcal; Białko ogółem: 134.41 g; Tłuszcz: 83.09 g; Kw. tł. nasy.: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 310.26 g; W tym cukry: 94.20 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2571.54 kcal; Białko ogółem: 136.65 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 356.73 g; W tym cukry: 83.07 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2173.04 kcal; Białko ogółem: 136.22 g; Tłuszcz: 84.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.35 g; Węglowodany ogółem: 243.36 g; W tym cukry: 44.72 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.88 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-18 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 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, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 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 JĘCZ.</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 Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 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, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</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 z olejem* 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 i rzodkiewki 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 i brokuła 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 i brokuła 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 i rzodkiewki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2287.70 kcal; Białko ogółem: 78.41 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 378.21 g; W tym cukry: 85.88 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2299.24 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 384.91 g; W tym cukry: 87.95 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 3.64 g;	Wartość energetyczna: 2104.69 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2017.57 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; W tym cukry: 44.85 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 6.81 g;

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-19 wtorek	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 Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pasta z twarogu i buraka 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>) 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>) Pasta z twarogu i buraka 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>) 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>) Pasta z twarogu i buraka 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu i buraka 60 g (<u>MLE.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 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>) Szprot w sosie pomidorowym 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Sałata 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 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 Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szprot w sosie pomidorowym 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2609.25 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 366.46 g; W tym cukry: 86.80 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2305.82 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 350.76 g; W tym cukry: 94.23 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2224.70 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 344.45 g; W tym cukry: 56.18 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2308.47 kcal; Białko ogółem: 108.78 g; Tłuszcz: 78.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; W tym cukry: 51.25 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 5.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-20 środa	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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 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 JĘCZ.</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 homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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 JĘCZ.</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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Rzepa biała 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 JĘCZ.</u>)
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Eskalopka drobiowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z marchewką # 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	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia duszona z marchewką (bez oleju) # 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, 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 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2187.46 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 91.95 g; Kw. tł. nasy.: 37.43 g; Węglowodany ogółem: 269.39 g; W tym cukry: 56.33 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2252.66 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 307.63 g; W tym cukry: 75.14 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2284.62 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 58.68 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 1935.02 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 253.65 g; W tym cukry: 42.49 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 6.21 g;

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-21 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>) Ser żółty 50 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 JĘCZ.</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 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 JĘCZ.</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 jabłek () 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 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 JĘCZ.</u>)
	Obiad	Barszcz ukraiński 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 b/c 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 z olejem* 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 ukraiński 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 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 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 Sałata zielona 20 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>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2384.36 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 329.86 g; W tym cukry: 90.92 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2289.20 kcal; Białko ogółem: 127.96 g; Tłuszcz: 58.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.73 g; Węglowodany ogółem: 327.45 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2137.36 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 48.42 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; Węglowodany ogółem: 336.58 g; W tym cukry: 49.59 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2020.59 kcal; Białko ogółem: 126.50 g; Tłuszcz: 59.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 274.53 g; W tym cukry: 54.25 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 6.96 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 2 szt Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) 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.) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Miód (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (GLU PSZ, SEL.) 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 natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony 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 natką pietruszki - 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 Piers gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2372.19 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 88.46 g; Kw. tł. nasy.: 38.62 g; Węglowodany ogółem: 322.40 g; W tym cukry: 100.50 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 7.77 g;	Wartość energetyczna: 2156.70 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 315.79 g; W tym cukry: 106.43 g; Błonnik pok.: 20.89 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2266.28 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 368.28 g; W tym cukry: 99.20 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2010.72 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 248.15 g; W tym cukry: 49.17 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 7.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-23 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Twaróg półtłusty 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 JĘCZ.</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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Twaróg półtłusty 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 JĘCZ.</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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Twaróg półtłusty 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Twaróg półtłusty 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 JĘCZ.</u>)
	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 JĘCZ.</u>) Sałatka 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 Marchew gotowana (bez oleju) 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 Marchew gotowana (bez oleju) 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 JĘCZ.</u>) Sałatka 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Sałata zielona 30 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Sałata zielona 30 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Sałata zielona 30 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2085.26 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 316.05 g; W tym cukry: 85.84 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2153.26 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 322.25 g; W tym cukry: 87.94 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2230.49 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 51.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 352.55 g; W tym cukry: 82.60 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 1878.41 kcal; Białko ogółem: 93.39 g; Tłuszcz: 61.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 265.83 g; W tym cukry: 47.32 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 7.08 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYZ Podstawowa	BB- BCO WYZ Łatwo strawna	BB- BCO WYZ Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-24 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE.</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 JĘCZ.</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 pomidorowy 60 g (<u>MLE.</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 JĘCZ.</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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) 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 Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 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 Marchew gotowana (bez oleju) 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 pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Sos własny () 100 ml (<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>) 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
		Wartość energetyczna: 2144.48 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 69.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 297.27 g; W tym cukry: 68.01 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2060.06 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 293.85 g; W tym cukry: 69.79 g; Błonnik pok.: 17.61 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2169.09 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; Węglowodany ogółem: 341.32 g; W tym cukry: 59.24 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 1797.70 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 50.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 256.08 g; W tym cukry: 46.42 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.22 g;

	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów	
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne 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.) Szyunka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyunka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Sałatka z kalafiora i pomidora 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szyunka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyunka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	Obiad	<p>Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona (bez oleju)* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLU PSZ, MLE.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy * 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2346.58 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 344.66 g; W tym cukry: 79.31 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 6.93 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2122.48 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 55.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 328.14 g; W tym cukry: 82.58 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sól: 5.31 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2231.66 kcal; Białko ogółem: 109.60 g; Tłuszcz: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 357.31 g; W tym cukry: 77.01 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 8.68 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2334.50 kcal; Białko ogółem: 122.35 g; Tłuszcz: 89.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 42.32 g; Sól: 6.96 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-12 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. 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	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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. 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	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 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 Zacierka 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 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.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 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 z olejem b/c 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 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>) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2309.43 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 323.09 g; W tym cukry: 64.64 g; Błonnik pok.: 31.10 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2299.33 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 67.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 320.06 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 19.48 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2099.51 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; Węglowodany ogółem: 336.85 g; W tym cukry: 54.44 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2051.15 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 70.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 267.12 g; W tym cukry: 41.78 g; Błonnik pok.: 37.28 g; Sól: 6.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów			
2026-05-13 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (GLU PSZ. JAJ. SEL.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Banan 1szt. 1 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL. GOR.) Twaróg półtusty 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.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL. GOR.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor b/skórki 100 g	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.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Gruszka 1szt. 150 g 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.) 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 z olejem* 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 z olejem* 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 80 g (RYB.) 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (RYB.) Sałata 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 Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (RYB.) Pomidor 80 g Sałata 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.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
				Wartość energetyczna: 2603.29 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 89.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 370.93 g; W tym cukry: 93.57 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2327.29 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 353.50 g; W tym cukry: 97.36 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2379.97 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 53.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 399.75 g; W tym cukry: 92.32 g; Błonnik pok.: 28.97 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 1877.34 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 264.48 g; W tym cukry: 40.77 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów	
2026-05-14 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE.) Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Musztarda 10 g (GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, OW) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, OW) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Jabłko pieczone 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.) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Sałatka jarzynowa z olejem # 100 g (SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g (GOR.) 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.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2611.96 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 102.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 338.28 g; W tym cukry: 67.82 g; Błonnik pok.: 40.28 g; Sól: 13.00 g;	Wartość energetyczna: 2341.05 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 85.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; W tym cukry: 65.00 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 2225.09 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 343.04 g; W tym cukry: 56.46 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2074.83 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 265.89 g; W tym cukry: 46.16 g; Błonnik pok.: 34.80 g; Sól: 9.53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 60 g Banan 1szt. 1 szt Sałata 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.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 60 g Sałata 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 Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Sałata 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 Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba w panierce pieczona (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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 Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	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 60 g (JAJ, MLE.) Ćwikła z jabłkiem 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.) Ćwikła z jabłkiem 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 60 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ćwikła z jabłkiem 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Ćwikła z jabłkiem 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2242.37 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 112.17 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 2312.26 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 340.20 g; W tym cukry: 112.66 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 2351.87 kcal; Białko ogółem: 118.09 g; Tłuszcz: 57.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; W tym cukry: 79.00 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 1871.81 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 63.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 242.22 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 6.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-16 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pasta z brokuła * 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pasta z brokuła * 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pasta z brokuła * 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (MLE, SEL.) 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 (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka 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.) Paszтет z soczewicy* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka wiosenna 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.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2301.17 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 82.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 316.65 g; W tym cukry: 62.47 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sól: 8.34 g;	Wartość energetyczna: 2269.80 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 81.93 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; Węglowodany ogółem: 294.47 g; W tym cukry: 69.73 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 2286.28 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 337.32 g; W tym cukry: 59.61 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2041.03 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 269.14 g; W tym cukry: 41.60 g; Błonnik pok.: 35.62 g; Sól: 7.57 g;

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 60 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Rzepa biała 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 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.) Filet zapiekany drobiowy 70 g (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.) Filet zapiekany drobiowy 70 g (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 Filet zapiekany drobiowy 70 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2461.28 kcal; Białko ogółem: 134.96 g; Tłuszcz: 86.61 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; Węglowodany ogółem: 309.85 g; W tym cukry: 81.85 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sól: 7.47 g;	Wartość energetyczna: 2524.79 kcal; Białko ogółem: 138.38 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 320.44 g; W tym cukry: 93.41 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2590.40 kcal; Białko ogółem: 137.46 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 366.26 g; W tym cukry: 77.69 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2082.14 kcal; Białko ogółem: 131.08 g; Tłuszcz: 81.60 g; Kw. tł. nasy.: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 232.85 g; W tym cukry: 37.37 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.71 g;

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (MLE.) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (MLE.) 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 (SEL, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 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.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (MLE.) Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na mleku obiad 300 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na mleku obiad 300 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 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 twarogu i rzodkiewki 60 g (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 twarogu i brokuła 80 g (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 twarogu i brokuła 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2321.47 kcal; Białko ogółem: 78.16 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 386.59 g; W tym cukry: 84.69 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2358.08 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 61.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 394.16 g; W tym cukry: 87.29 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 3.55 g;	Wartość energetyczna: 2133.52 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 53.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 1926.67 kcal; Białko ogółem: 98.56 g; Tłuszcz: 66.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 258.28 g; W tym cukry: 37.50 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sól: 6.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny 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>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pasta z twarogu i buraka 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron drobny 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>) Pasta z twarogu i buraka 60 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</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>) Pasta z twarogu i buraka 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu i buraka 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 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>) Szprot w sosie pomidorowym 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 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 Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szprot w sosie pomidorowym 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2754.15 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 85.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 391.61 g; W tym cukry: 93.83 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2450.72 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 375.91 g; W tym cukry: 101.26 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2235.30 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 54.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; W tym cukry: 51.33 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2217.57 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 75.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 313.60 g; W tym cukry: 43.90 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 5.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-20 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Rzepa biała 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 homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Rzepa biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Eskalopka drobiowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńa duszona z marchewką # 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	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńa duszona z marchewką (bez oleju) # 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g
	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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, 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 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2220.31 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 91.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 281.56 g; W tym cukry: 54.98 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2285.51 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 319.80 g; W tym cukry: 73.79 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2287.47 kcal; Białko ogółem: 102.32 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; W tym cukry: 53.23 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 1844.12 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 243.14 g; W tym cukry: 35.14 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-21 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>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>) Ser żółty 50 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.</u> <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> <u>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 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 JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU</u> <u>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 jabłek () 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 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz ukraiński 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 b/c 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 z olejem* 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 ukraiński 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</u> <u>PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata 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</u> <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 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 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 70 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2504.47 kcal; Białko ogółem: 131.98 g; Tłuszcz: 74.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 350.55 g; W tym cukry: 97.48 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2318.41 kcal; Białko ogółem: 126.80 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 337.63 g; W tym cukry: 85.90 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2156.23 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.64 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; W tym cukry: 44.21 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 7.61 g;	Wartość energetyczna: 1929.69 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 264.02 g; W tym cukry: 46.90 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sól: 6.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Zacierka 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.) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 100 g Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Miód (25g) 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE.) Serek Fromage 50 g (GLU PSZ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120g (RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml (MLE, SEL.) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB.) Warzywa po grecku # 200 g (GLU PSZ, SEL.) 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 natką pietruszki - dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony 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 natką pietruszki - dieta 80 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 Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 70 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2457.36 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 337.50 g; W tym cukry: 100.39 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2241.86 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; Węglowodany ogółem: 330.89 g; W tym cukry: 106.33 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 4.86 g;	Wartość energetyczna: 2290.18 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 46.68 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 379.25 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1919.82 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 73.87 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 237.64 g; W tym cukry: 41.82 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 7.19 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-23 sobota	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Banan 1szt. 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	Obiad	<p>Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) 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</p>	<p>Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szyńka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szyńka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ) Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2116.73 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 327.12 g; W tym cukry: 85.75 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 7.72 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2184.73 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; W tym cukry: 87.85 g; Błonnik pok.: 25.39 g; Sól: 6.82 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2231.96 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 363.46 g; W tym cukry: 78.41 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 8.46 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1787.51 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 58.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 255.32 g; W tym cukry: 39.97 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 6.91 g;</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-05-11 do dnia 2026-05-24 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO WYS Podstawowa	BB- BCO WYS Łatwo strawna	BB- BCO WYS Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-05-24 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE.</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.</u> , <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 pomidorowy 60 g (<u>MLE.</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 Pomidor 100 g Kasza manna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE.</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.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>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	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 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>) 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
		Wartość energetyczna: 2196.23 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 308.15 g; W tym cukry: 67.32 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2111.81 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 304.73 g; W tym cukry: 69.10 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sól: 4.82 g;	Wartość energetyczna: 2195.44 kcal; Białko ogółem: 108.55 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.28 g; Węglowodany ogółem: 353.15 g; W tym cukry: 54.97 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 1706.80 kcal; Białko ogółem: 98.65 g; Tłuszcz: 47.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 245.57 g; W tym cukry: 39.07 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.05 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,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,