Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	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,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek a'la homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt 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,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 350 ml (***MLE, SEL,***) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu dieta# 150 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (***RYB, MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 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 półtłusty 60 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (***RYB, MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2336.25 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 339.75 g; W tym cukry: 98.54 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sód: 3093.28 mg;	Wartość energetyczna: 2306.77 kcal; Białko ogółem: 123.84 g; Tłuszcz: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; W tym cukry: 93.59 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sód: 2898.90 mg;	Wartość energetyczna: 2111.71 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; Węglowodany ogółem: 300.81 g; W tym cukry: 98.60 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sód: 2727.70 mg;	Wartość energetyczna: 1917.17 kcal; Białko ogółem: 94.27 g; Tłuszcz: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 269.71 g; W tym cukry: 68.43 g; Błonnik pok.: 37.83 g; Sód: 2946.13 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-10 wtorek	Śniadanie	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,***) Pasztet Jana,wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 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 z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (***SOJ,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (***SOJ,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (***SOJ,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron kokardki 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron kokardki 200 g (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***)	Solferino # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany # 100 g (***SEL,***)	Solferino # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***)
	PD	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny 50 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalafior gotowany* 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,***) Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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,***) Kalafior gotowany* 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Serek śmietankowy naturalny 50 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2772.09 kcal; Białko ogółem: 134.82 g; Tłuszcz: 111.67 g; Kw. tł. nasy.: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 326.30 g; W tym cukry: 72.47 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sód: 3474.15 mg;	Wartość energetyczna: 2698.86 kcal; Białko ogółem: 130.71 g; Tłuszcz: 101.75 g; Kw. tł. nasy.: 43.03 g; Węglowodany ogółem: 335.27 g; W tym cukry: 76.91 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sód: 3564.75 mg;	Wartość energetyczna: 2189.76 kcal; Białko ogółem: 115.68 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 268.62 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sód: 3738.91 mg;	Wartość energetyczna: 2380.35 kcal; Białko ogółem: 126.49 g; Tłuszcz: 97.31 g; Kw. tł. nasy.: 40.28 g; Węglowodany ogółem: 282.02 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sód: 3700.47 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-11 środa	Śniadanie	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Śliwka szt 2 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Mus z truskawek* b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy # 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy # 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy # 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafior gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Mandarynka 1 szt		Koktajl truskawkowy* b/c. 250 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Ser żółty 50 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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Miód (25g) 2 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Miód (25g) 2 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2655.51 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 85.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 352.41 g; W tym cukry: 78.70 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sód: 2995.42 mg;	Wartość energetyczna: 2433.34 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; Węglowodany ogółem: 367.79 g; W tym cukry: 114.89 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sód: 2923.33 mg;	Wartość energetyczna: 2076.29 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 326.53 g; W tym cukry: 95.69 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sód: 2847.88 mg;	Wartość energetyczna: 2197.42 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 279.96 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 33.95 g; Sód: 3169.79 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-12 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (***GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) 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 (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Ziemniaczana # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Gołąbek siekany z mięsa wp 300 g (***JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 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 Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 250 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z truskawek b/c* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	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,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa - dieta. 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałatka jarzynowa - dieta. 100 g (***MLE, SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Sałatka jarzynowa - dieta. 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2668.26 kcal; Białko ogółem: 133.84 g; Tłuszcz: 95.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 312.23 g; W tym cukry: 78.61 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sód: 2882.29 mg;	Wartość energetyczna: 2294.42 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; W tym cukry: 79.84 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sód: 2524.18 mg;	Wartość energetyczna: 2027.81 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; Węglowodany ogółem: 280.81 g; W tym cukry: 68.03 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sód: 2871.32 mg;	Wartość energetyczna: 1952.05 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 260.65 g; W tym cukry: 51.78 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sód: 2581.18 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-13 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Dżem 60 g Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 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 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Dżem 60 g Jabłko 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Bułka maślana 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Dżem 60 g Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Dyniowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	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,***) Ser żółty 50 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,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) 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 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (***JAJ, MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2515.43 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 77.08 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; Węglowodany ogółem: 363.43 g; W tym cukry: 114.19 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sód: 2328.48 mg;	Wartość energetyczna: 2385.77 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; W tym cukry: 110.13 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sód: 2402.03 mg;	Wartość energetyczna: 2232.13 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 356.39 g; W tym cukry: 123.18 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sód: 2325.49 mg;	Wartość energetyczna: 2126.32 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 36.32 g; Węglowodany ogółem: 293.19 g; W tym cukry: 69.85 g; Błonnik pok.: 32.47 g; Sód: 2695.54 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-14 sobota	Śniadanie	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,***) Ser mozzarella 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser mozzarella 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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,***) Ser mozzarella 60 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (***GLU PSZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym*. 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym*. 100 g (***SEL,***) 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,***) Serek homo z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym*. 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2643.89 kcal; Białko ogółem: 129.46 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; W tym cukry: 80.82 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sód: 2754.60 mg;	Wartość energetyczna: 2471.80 kcal; Białko ogółem: 120.44 g; Tłuszcz: 84.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 326.61 g; W tym cukry: 80.18 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sód: 2517.20 mg;	Wartość energetyczna: 1952.73 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.14 g; Węglowodany ogółem: 265.50 g; W tym cukry: 62.72 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sód: 2308.93 mg;	Wartość energetyczna: 2301.27 kcal; Białko ogółem: 122.19 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; W tym cukry: 49.49 g; Błonnik pok.: 39.97 g; Sód: 2760.62 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-15 niedziela	Śniadanie	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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kalarepa 100 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mus z truskawek* b/c 150 g	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kalarepa 100 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Colesław 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany* 100 g Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Koktajl wieloowocowy* b/c. 250 ml (***MLE,***)			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2488.71 kcal; Białko ogółem: 122.57 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw. tł. nasy.: 39.21 g; Węglowodany ogółem: 324.93 g; W tym cukry: 104.62 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sód: 3090.49 mg;	Wartość energetyczna: 2442.03 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 84.40 g; Kw. tł. nasy.: 39.20 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; W tym cukry: 95.40 g; Błonnik pok.: 26.05 g; Sód: 3030.68 mg;	Wartość energetyczna: 2149.15 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 279.74 g; W tym cukry: 78.94 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sód: 2828.25 mg;	Wartość energetyczna: 2224.26 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 264.25 g; W tym cukry: 65.83 g; Błonnik pok.: 37.44 g; Sód: 3142.11 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	Makaron drobny 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,***) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (***SEL,***) 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 (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (***SEL,***) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (***SEL,***) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (***SEL,***) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na mleku obiad 300 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (***MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na mleku obiad 300 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (***MLE,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g
	PD	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 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 siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 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,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 100 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2895.89 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 80.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 458.20 g; W tym cukry: 150.65 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sód: 2796.68 mg;	Wartość energetyczna: 2801.41 kcal; Białko ogółem: 99.95 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 460.75 g; W tym cukry: 152.31 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sód: 2435.39 mg;	Wartość energetyczna: 2150.69 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; Węglowodany ogółem: 312.31 g; W tym cukry: 87.20 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sód: 2758.02 mg;	Wartość energetyczna: 2494.88 kcal; Białko ogółem: 118.36 g; Tłuszcz: 95.82 g; Kw. tł. nasy.: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 318.92 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 41.13 g; Sód: 4145.57 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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,***) Dżem 60 g Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 z twarogu z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 100 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c. 250 ml (***MLE,***)			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2261.40 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; W tym cukry: 86.49 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sód: 3103.51 mg;	Wartość energetyczna: 2251.52 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 301.99 g; W tym cukry: 86.08 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sód: 2998.14 mg;	Wartość energetyczna: 1963.75 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 283.29 g; W tym cukry: 90.91 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sód: 2770.04 mg;	Wartość energetyczna: 1965.61 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 252.86 g; W tym cukry: 60.39 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sód: 3104.03 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-18 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Ser topiony 50 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 mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) 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,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej # 350 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) 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 Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem truskawkowym 200 ml (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (***RYB,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (***RYB,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (***RYB,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2735.41 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 97.44 g; Kw. tł. nasy.: 41.23 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; W tym cukry: 90.68 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sód: 3861.56 mg;	Wartość energetyczna: 2504.52 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 352.98 g; W tym cukry: 86.04 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 3188.77 mg;	Wartość energetyczna: 2089.95 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 296.36 g; W tym cukry: 76.28 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sód: 3178.39 mg;	Wartość energetyczna: 2229.94 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 68.79 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sód: 3389.00 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-19 czwartek	Śniadanie	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,***) Pasta z fasoli 60 g Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt 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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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 półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z fasoli 60 g Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 50 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 50 g
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo pomidorowy 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) 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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek homo pomidorowy 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,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek homo pomidorowy 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo pomidorowy 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2747.34 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 392.26 g; W tym cukry: 104.64 g; Błonnik pok.: 34.18 g; Sód: 2092.22 mg;	Wartość energetyczna: 2601.03 kcal; Białko ogółem: 120.15 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; Węglowodany ogółem: 366.02 g; W tym cukry: 108.56 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sód: 2279.21 mg;	Wartość energetyczna: 2083.47 kcal; Białko ogółem: 108.71 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 297.21 g; W tym cukry: 91.54 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sód: 2583.90 mg;	Wartość energetyczna: 2303.63 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 82.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; W tym cukry: 57.53 g; Błonnik pok.: 44.68 g; Sód: 2260.78 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-20 piątek	Śniadanie	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,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Dżem 60 g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Dżem 60 g Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Ser mozzarella 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 350 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ryba pieczona w panierce (Brama) (bez dodatku oleju) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (***JAJ, GOR,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (***JAJ, MLE,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (***JAJ, MLE,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2264.67 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 341.64 g; W tym cukry: 102.81 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sód: 2221.23 mg;	Wartość energetyczna: 2313.38 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Tłuszcz: 67.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 104.86 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sód: 2306.97 mg;	Wartość energetyczna: 2084.08 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz: 56.79 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; Węglowodany ogółem: 322.95 g; W tym cukry: 97.66 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sód: 2398.71 mg;	Wartość energetyczna: 2120.48 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 273.52 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sód: 2458.25 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-21 sobota	Śniadanie	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,***) 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,***) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) 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,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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,***) Pomidor 100 g Mus z truskawek* b/c 150 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,***) 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,***) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 120 g (***GLU PSZ,***) Sos ziołowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 120 g (***GLU PSZ,***) Sos ziołowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt		Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek Fromage 50 g (***GLU PSZ, MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (mielony) 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (mielony) 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 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, S02,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (mielony) 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (mielony) 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2627.39 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 92.49 g; Kw. tł. nasy.: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 343.69 g; W tym cukry: 91.36 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sód: 2898.90 mg;	Wartość energetyczna: 2475.12 kcal; Białko ogółem: 127.38 g; Tłuszcz: 77.37 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 330.53 g; W tym cukry: 86.92 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2663.52 mg;	Wartość energetyczna: 2210.55 kcal; Białko ogółem: 117.08 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 299.31 g; W tym cukry: 66.04 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sód: 2695.30 mg;	Wartość energetyczna: 2198.80 kcal; Białko ogółem: 121.95 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 282.30 g; W tym cukry: 62.37 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sód: 2881.63 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-11-22 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Mus z jabłek () b/c 150 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafior gotowany z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 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) # 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafior gotowany z olejem* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) 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,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 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,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2455.28 kcal; Białko ogółem: 127.28 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 335.09 g; W tym cukry: 99.15 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sód: 2568.70 mg;	Wartość energetyczna: 2483.75 kcal; Białko ogółem: 127.87 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 334.79 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sód: 2661.04 mg;	Wartość energetyczna: 2016.32 kcal; Białko ogółem: 118.84 g; Tłuszcz: 56.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 273.61 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 2689.98 mg;	Wartość energetyczna: 2088.44 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 258.04 g; W tym cukry: 54.41 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sód: 2819.20 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
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,