Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 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
2026-11-23 poniedziałek	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,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 150 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,***) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (drobno tarta) 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 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,***) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 10g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 10g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	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,***) 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,***) 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 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,***) 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2702.06 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 94.20 g; Kw. tł. nasy.: 38.84 g; Węglowodany ogółem: 372.16 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sód: 3346.37 mg;	Wartość energetyczna: 2436.74 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 69.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 365.32 g; W tym cukry: 73.29 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sód: 3037.92 mg;	Wartość energetyczna: 2121.50 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 299.75 g; W tym cukry: 58.54 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 3183.02 mg;	Wartość energetyczna: 2394.30 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 92.38 g; Kw. tł. nasy.: 37.60 g; Węglowodany ogółem: 316.42 g; W tym cukry: 47.93 g; Błonnik pok.: 43.07 g; Sód: 3335.44 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
2026-11-24 wtorek	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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 150 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 Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos meksykański 100 g (***GLU PSZ,***) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny. 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***)	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (***SEL,***) Marchew gotowana . 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny. 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g
	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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek Fromage 60 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kalarepa 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.o smaku naturalnym z ziołami 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.o smaku naturalnym z ziołami 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.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,***) Kalarepa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2695.77 kcal; Białko ogółem: 113.09 g; Tłuszcz: 92.36 g; Kw. tł. nasy.: 45.24 g; Węglowodany ogółem: 367.26 g; W tym cukry: 100.08 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sód: 2905.13 mg;	Wartość energetyczna: 2460.78 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.12 g; Węglowodany ogółem: 356.71 g; W tym cukry: 93.61 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sód: 2456.90 mg;	Wartość energetyczna: 1845.01 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 265.62 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sód: 2699.23 mg;	Wartość energetyczna: 2134.12 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 283.11 g; W tym cukry: 55.45 g; Błonnik pok.: 36.63 g; Sód: 2838.51 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
2026-11-25 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) 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,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 100 g Gruszka 150 g 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,***) Twaróg półtłusty 60 g (***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,***) Pomidor 100 g Banan 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banan 150 g Pomidor 100 g	Chleb Graham 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,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 100 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 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* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 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) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) 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* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Serek homo 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Paprykarz szczeciński 60 g (***RYB, 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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (***RYB,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (***RYB,***) 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,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (***RYB,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2597.35 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 92.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 334.09 g; W tym cukry: 75.17 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sód: 3929.00 mg;	Wartość energetyczna: 2395.96 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 340.30 g; W tym cukry: 94.50 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 2926.59 mg;	Wartość energetyczna: 2096.78 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 303.80 g; W tym cukry: 83.22 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sód: 2900.69 mg;	Wartość energetyczna: 2019.71 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 264.70 g; W tym cukry: 46.17 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sód: 3794.45 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 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
2026-11-26 czwartek	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,***) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (***GOR,***) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Jabłko 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,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 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 150 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,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 100 g
	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,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 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,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 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,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g 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,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 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,***) Ser topiony 50 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 a`la homogenizowany 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,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 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 a`la homogenizowany 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
		Wartość energetyczna: 2756.54 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 101.22 g; Kw. tł. nasy.: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 349.31 g; W tym cukry: 83.35 g; Błonnik pok.: 35.45 g; Sód: 4074.61 mg;	Wartość energetyczna: 2324.23 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 81.96 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sód: 2516.22 mg;	Wartość energetyczna: 1965.36 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 265.80 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sód: 2633.63 mg;	Wartość energetyczna: 2083.76 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 270.07 g; W tym cukry: 62.23 g; Błonnik pok.: 35.54 g; Sód: 2666.00 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
2026-11-27 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Dżem 60 g Banan 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,***) Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Banan 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (***RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 10g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, pomidor 10g) 1 szt (***GLU PSZ, 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,***) 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 Tofu 60 g (***SOJ,***) 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,***) 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,***) Tofu 60 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2408.11 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 353.35 g; W tym cukry: 105.22 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sód: 2254.95 mg;	Wartość energetyczna: 2559.02 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 379.27 g; W tym cukry: 106.01 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sód: 2412.25 mg;	Wartość energetyczna: 2183.95 kcal; Białko ogółem: 107.82 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; W tym cukry: 71.03 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sód: 3211.07 mg;	Wartość energetyczna: 2112.81 kcal; Białko ogółem: 114.29 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 286.56 g; W tym cukry: 48.42 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sód: 3192.30 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
2026-11-28 sobota	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,***) 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 150 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,***) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kefir 2 % tł 200g 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 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 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 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 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) 100 g Buraczki gotowane 100 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 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 25 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,***) Pasta z soczewicy czerwonej 60 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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidor 80 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,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2566.90 kcal; Białko ogółem: 136.29 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; W tym cukry: 80.64 g; Błonnik pok.: 27.63 g; Sód: 4007.09 mg;	Wartość energetyczna: 2499.32 kcal; Białko ogółem: 136.23 g; Tłuszcz: 94.43 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 297.13 g; W tym cukry: 78.83 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sód: 4106.04 mg;	Wartość energetyczna: 2143.77 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 76.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 261.28 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 21.56 g; Sód: 3565.44 mg;	Wartość energetyczna: 2236.76 kcal; Białko ogółem: 130.86 g; Tłuszcz: 88.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 264.65 g; W tym cukry: 59.57 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sód: 4028.83 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
2026-11-29 niedziela	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Gruszka 150 g 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Banan 150 g 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,***) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 70 g (***MLE,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Banan 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Marchew gotowana z olejem 100 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	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 100 g 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,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 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) 100 g Brokuł gotowany* 100 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 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym 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,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Ser mozzarella 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Serek a'la homogenizowany 60 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,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2809.02 kcal; Białko ogółem: 151.08 g; Tłuszcz: 113.28 g; Kw. tł. nasy.: 47.93 g; Węglowodany ogółem: 312.92 g; W tym cukry: 87.17 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sód: 3661.41 mg;	Wartość energetyczna: 2825.77 kcal; Białko ogółem: 154.24 g; Tłuszcz: 107.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 101.17 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sód: 3295.91 mg;	Wartość energetyczna: 2472.45 kcal; Białko ogółem: 138.02 g; Tłuszcz: 82.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.49 g; Węglowodany ogółem: 310.10 g; W tym cukry: 101.86 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sód: 3257.78 mg;	Wartość energetyczna: 2461.98 kcal; Białko ogółem: 145.59 g; Tłuszcz: 104.81 g; Kw. tł. nasy.: 45.07 g; Węglowodany ogółem: 261.69 g; W tym cukry: 61.24 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sód: 3666.73 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 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
2026-11-30 poniedziałek	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,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Pomarańcza 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,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 50 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Pomarańcza 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 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,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Pomarańcza 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,***) Ryż na mleku obiad 300 g (***MLE,***) Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g 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,***) Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 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 Ziemniaki 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	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 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 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,***) 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,***) Twarożek z papryką 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,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) 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,***) 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 Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (***SOJ,***) 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,***) 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 z papryką 70 g (***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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2527.06 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 72.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; W tym cukry: 114.42 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sód: 2235.85 mg;	Wartość energetyczna: 2457.54 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 389.53 g; W tym cukry: 112.08 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sód: 1995.47 mg;	Wartość energetyczna: 1885.95 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 57.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 263.02 g; W tym cukry: 63.48 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sód: 2764.22 mg;	Wartość energetyczna: 2119.86 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 288.56 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sód: 2426.72 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
2026-12-01 wtorek	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,***) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Ketchup saszetka 20g 1 szt Twarożek 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 100 g Banan 150 g 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,***) 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 Banan 150 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,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Banan 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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 100 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Buraczki gotowane z olejem 100 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 200 g Surówka z marchwi z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (***GLU PSZ,***) 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			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (***RYB, SEL,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Serek śmietankowy naturalny 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (***RYB, SEL,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2848.33 kcal; Białko ogółem: 136.27 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 393.53 g; W tym cukry: 98.95 g; Błonnik pok.: 31.12 g; Sód: 3819.16 mg;	Wartość energetyczna: 2486.88 kcal; Białko ogółem: 123.61 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 355.17 g; W tym cukry: 101.68 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sód: 2730.73 mg;	Wartość energetyczna: 2093.77 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 284.02 g; W tym cukry: 82.12 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sód: 2817.58 mg;	Wartość energetyczna: 2331.22 kcal; Białko ogółem: 129.95 g; Tłuszcz: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.40 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; W tym cukry: 54.71 g; Błonnik pok.: 39.02 g; Sód: 3608.15 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
2026-12-02 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Jabłko 150 g 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 Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Jabłko 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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Pomidor 100 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (***GLU PSZ,***) Sos brokułowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką z olejem * 100 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym 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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 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 Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 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 siemienia z natką pietruszki 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2471.81 kcal; Białko ogółem: 117.89 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 334.67 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sód: 3100.55 mg;	Wartość energetyczna: 2406.72 kcal; Białko ogółem: 117.92 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.58 g; Węglowodany ogółem: 331.71 g; W tym cukry: 92.73 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sód: 2484.14 mg;	Wartość energetyczna: 2051.81 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 294.97 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sód: 2827.32 mg;	Wartość energetyczna: 2154.42 kcal; Białko ogółem: 112.99 g; Tłuszcz: 74.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 282.49 g; W tym cukry: 68.52 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sód: 3289.15 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
2026-12-03 czwartek	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,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Serek homo z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Banan 150 g 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 liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Serek homo z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Banan 150 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Banan 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,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Serek homo z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (***SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 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,***) Pasta z ciecierzycy i warzyw # 60 g (***SEL,***) Twaróg półtłusty 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,***) 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 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 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 ciecierzycy i warzyw # 60 g (***SEL,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2542.06 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 375.60 g; W tym cukry: 98.10 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sód: 2505.96 mg;	Wartość energetyczna: 2320.38 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 338.16 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 2908.31 mg;	Wartość energetyczna: 2030.43 kcal; Białko ogółem: 110.24 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 292.09 g; W tym cukry: 85.79 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2941.42 mg;	Wartość energetyczna: 2051.95 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; W tym cukry: 62.15 g; Błonnik pok.: 37.21 g; Sód: 2844.16 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
2026-12-04 piątek	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,***) Dżem 60 g Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Gruszka 150 g 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,***) Dżem 60 g Pomidor 100 g Jabłko 150 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 twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) 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,***) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona w panierce (Miruna) (bez dodatku oleju) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku # 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (***MLE, SEL,***) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) 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			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 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,***) Twarożek z papryką 60 g (***MLE,***) 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 jaj z koperkiem -dieta. 60 g (***JAJ, MLE,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) 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 Twarożek 60 g (***MLE,***) 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,***) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (***JAJ, GOR,***) Twarożek z papryką 60 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2277.53 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; W tym cukry: 98.52 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sód: 2615.60 mg;	Wartość energetyczna: 2267.26 kcal; Białko ogółem: 99.39 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 333.15 g; W tym cukry: 98.83 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sód: 2450.28 mg;	Wartość energetyczna: 1979.96 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; W tym cukry: 84.37 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sód: 2798.97 mg;	Wartość energetyczna: 2111.68 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 284.99 g; W tym cukry: 73.70 g; Błonnik pok.: 33.74 g; Sód: 3449.85 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-23 do dnia 2026-12-06 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
2026-12-05 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,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***) Banan 150 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Banan 150 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Twarożek z natką pietruszki 60 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (***SEL,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki 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	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z truskawek* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (***MLE,***) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Ser mozzarella 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Pasta z twarogu i brokuła 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,***) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (***GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Ser mozzarella 60 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2456.09 kcal; Białko ogółem: 124.41 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 338.58 g; W tym cukry: 93.24 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sód: 2780.98 mg;	Wartość energetyczna: 2373.71 kcal; Białko ogółem: 122.74 g; Tłuszcz: 72.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 326.76 g; W tym cukry: 96.95 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sód: 2858.58 mg;	Wartość energetyczna: 2014.53 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 51.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; W tym cukry: 82.21 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sód: 2844.10 mg;	Wartość energetyczna: 2095.62 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 270.52 g; W tym cukry: 57.21 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sód: 2851.26 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
2026-12-06 niedziela	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,***) 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,***) Dynia duszona z marchewką 100 g (***GLU PSZ,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Dynia duszona z marchewką 100 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko 150 g	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,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 100 g Dynia duszona z marchewką 100 g (***GLU PSZ,***) 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,***) 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,***) Dynia duszona z marchewką 100 g (***GLU PSZ,***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet wieprzowy panierowany pieczony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 100 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Cukinia pieczona 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 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	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny () 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym i 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,***) 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,***) 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,***) Twarożek z koperkiem 60 g (***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,***) 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 z koperkiem 60 g (***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,***) 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,***) 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,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2679.30 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 91.00 g; Kw. tł. nasy.: 40.42 g; Węglowodany ogółem: 356.37 g; W tym cukry: 96.87 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sód: 3130.23 mg;	Wartość energetyczna: 2517.44 kcal; Białko ogółem: 118.65 g; Tłuszcz: 80.05 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; W tym cukry: 97.26 g; Błonnik pok.: 23.52 g; Sód: 2814.50 mg;	Wartość energetyczna: 2063.21 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 60.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 287.17 g; W tym cukry: 78.02 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sód: 2894.59 mg;	Wartość energetyczna: 2310.22 kcal; Białko ogółem: 114.97 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 40.78 g; Węglowodany ogółem: 286.81 g; W tym cukry: 65.90 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sód: 3272.36 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,