

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-19 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz szczeciński 40 g ( <u>RYB, SOJ.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW.</u> )			
	Wartość energetyczna: 2677.43 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 95.15 g; Kw. tł. nasy.: 48.00 g; Węglowodany ogółem: 373.59 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2551.07 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 82.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.36 g; Węglowodany ogółem: 363.72 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2326.33 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 92.76 g; Kw. tł. nasy.: 47.38 g; Węglowodany ogółem: 291.24 g; W tym cukry: 65.53 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 7.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	
2024-08-20 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Arbuz 200 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Arbuz 200 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		II ŚN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
2024-08-20 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej 120 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 120 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluski śląskie* 200 g (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 120 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2880.86 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 104.99 g; Kw. tł. nasy.: 47.82 g; Węglowodany ogółem: 384.17 g; W tym cukry: 112.28 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2868.20 kcal; Białko ogółem: 122.15 g; Tłuszcz: 96.07 g; Kw. tł. nasy.: 45.87 g; Węglowodany ogółem: 388.05 g; W tym cukry: 115.39 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2404.48 kcal; Białko ogółem: 127.11 g; Tłuszcz: 89.19 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 282.14 g; W tym cukry: 57.58 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 6.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-21 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Brzoskwinia 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabiko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kotlet mielony drobiowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Grycikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 150 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )	Biszkopty b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )
	Wartość energetyczna: 3020.54 kcal; Białko ogółem: 119.56 g; Tłuszcz: 111.27 g; Kw. tł. nasy.: 53.51 g; Węglowodany ogółem: 391.65 g; W tym cukry: 100.90 g; Błonnik pok.: 41.51 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2703.52 kcal; Białko ogółem: 115.00 g; Tłuszcz: 84.49 g; Kw. tł. nasy.: 41.96 g; Węglowodany ogółem: 381.71 g; W tym cukry: 114.09 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2431.72 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 85.34 g; Kw. tł. nasy.: 50.47 g; Węglowodany ogółem: 309.02 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 43.22 g; Sól: 6.82 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-22 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Leczo z cukini z kielbasą 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Ryż na sypko 200 g Sałata zielona z sosem vinegrett 60 g ( <u>GOR,</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Leczo z drobiem-dieta () 200 g Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u> ) Leczo z drobiem-dieta () 200 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałata zielona z sosem vinegrett 60 g ( <u>GOR,</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g ( <u>MLE,</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślane 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2843.13 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 93.17 g; Kw. tł. nasy.: 41.68 g; Węglowodany ogółem: 428.68 g; W tym cukry: 105.26 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2759.69 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; Węglowodany ogółem: 440.41 g; W tym cukry: 106.42 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2250.93 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; W tym cukry: 42.94 g; Błonnik pok.: 37.03 g; Sól: 5.07 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-23 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 50 g Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Śliwka 150 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Śliwka 150 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Dorsz panierowany 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Kalarepa 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Kalarepa 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus jabłko, mango, banan, jagły 100g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2622.72 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 93.60 g; Kw. tł. nasy.: 41.81 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; W tym cukry: 145.06 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2471.58 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 352.17 g; W tym cukry: 138.71 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sól: 5.03 g;	Wartość energetyczna: 2246.23 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 90.61 g; Kw. tł. nasy.: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 267.17 g; W tym cukry: 74.00 g; Błonnik pok.: 34.06 g; Sól: 6.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwo przysw. węglowodanów	
2024-08-24 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE</b> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ,)	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE</b> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE</b> , Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ,) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> ,)
	Obiad	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ,) Gulasz wieprzowy 200 g ( <b>GLU PSZ</b> , Kasza jaglana na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ</b> , Kasza jaglana na sypko 200 g Buraczkki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym* 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ,) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ</b> , Kasza jaglana na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE</b> , Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE</b> , Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE</b> , Szynekowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , Pomidor koktajlowy 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ,)
		Wartość energetyczna: 2808.90 kcal; Białko ogółem: 122.05 g; Tłuszcz: 97.99 g; Kw. tł. nasy.: 45.82 g; Węglowodany ogółem: 365.76 g; W tym cukry: 128.46 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2774.09 kcal; Białko ogółem: 126.96 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 45.03 g; Węglowodany ogółem: 367.87 g; W tym cukry: 132.53 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2364.51 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 96.02 g; Kw. tł. nasy.: 40.20 g; Węglowodany ogółem: 270.23 g; W tym cukry: 63.82 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 6.15 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-25 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Kiwi 1 szt 1 szt Ogórek świeży 80 g
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 150 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pomidor 80 g Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u> )	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.</u> )
		Wartość energetyczna: 2806.60 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz: 95.77 g; Kw. tł. nasy.: 43.83 g; Węglowodany ogółem: 379.95 g; W tym cukry: 122.78 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2716.34 kcal; Białko ogółem: 120.78 g; Tłuszcz: 89.19 g; Kw. tł. nasy.: 43.30 g; Węglowodany ogółem: 369.31 g; W tym cukry: 116.92 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2419.89 kcal; Białko ogółem: 126.07 g; Tłuszcz: 94.71 g; Kw. tł. nasy.: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 279.59 g; W tym cukry: 53.50 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 6.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-26 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</b> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR,</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na mleku obiad 300 g ( <b>MLE,</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE,</b> ) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )		Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż brązowy na mleku obiad 300 g ( <b>MLE,</b> ) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <b>MLE,</b> ) Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Płatki kukurydziane 20 g		
	Wartość energetyczna: 2827.85 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 44.79 g; Węglowodany ogółem: 450.92 g; W tym cukry: 134.40 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2807.37 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 74.19 g; Kw. tł. nasy.: 43.21 g; Węglowodany ogółem: 450.89 g; W tym cukry: 134.58 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 5.91 g;	Wartość energetyczna: 2449.96 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 74.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 366.46 g; W tym cukry: 89.04 g; Błonnik pok.: 38.76 g; Sól: 6.37 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-27 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Arbuz 200 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Arbuz 200 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Arbuz 200 g
	II ŚN			Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Filet z indyka pieczony 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Filet z indyka pieczony 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Filet z indyka pieczony 120 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałatka wiosenna (). 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałatka wiosenna (). 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g	50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Pieczynko chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	Wartość energetyczna: 2653.63 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 81.87 g; Kw. tł. nasy.: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 382.04 g; W tym cukry: 117.06 g; Błonnik pok.: 32.29 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2574.58 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 84.67 g; Kw. tł. nasy.: 38.87 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 123.72 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2196.72 kcal; Białko ogółem: 103.24 g; Tłuszcz: 70.11 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 298.84 g; W tym cukry: 61.98 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 7.32 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-28 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza bulgur 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pierś gotowana wędzona-produkt grubo rozdrobniony, drobiowy, parzony, wędzony. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <b>MLE, GLU OW.</b> )			
	Wartość energetyczna: 2992.58 kcal; Białko ogółem: 126.52 g; Tłuszcz: 99.50 g; Kw. tł. nasy.: 44.00 g; Węglowodany ogółem: 407.93 g; W tym cukry: 103.53 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2922.92 kcal; Białko ogółem: 133.26 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 41.94 g; Węglowodany ogółem: 412.67 g; W tym cukry: 100.75 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2501.11 kcal; Białko ogółem: 125.32 g; Tłuszcz: 89.65 g; Kw. tł. nasy.: 40.12 g; Węglowodany ogółem: 309.36 g; W tym cukry: 67.21 g; Błonnik pok.: 33.49 g; Sól: 7.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-29 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor koktajlowy 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Kiwi 1 szt 1 szt
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wp () 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami * () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wp () 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u> )	Biszkopty 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> )	
	Wartość energetyczna: 3064.73 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 116.96 g; Kw. tł. nasy.: 63.91 g; Węglowodany ogółem: 398.57 g; W tym cukry: 111.03 g; Błonnik pok.: 41.53 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2809.92 kcal; Białko ogółem: 121.28 g; Tłuszcz: 91.28 g; Kw. tł. nasy.: 44.31 g; Węglowodany ogółem: 396.69 g; W tym cukry: 123.87 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sól: 5.26 g;	Wartość energetyczna: 2575.33 kcal; Białko ogółem: 114.95 g; Tłuszcz: 112.46 g; Kw. tł. nasy.: 53.52 g; Węglowodany ogółem: 301.97 g; W tym cukry: 60.22 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 7.15 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-30 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Nektarynka 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Serek homo z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE,</u> ) Nektarynka 1 szt 1 szt
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE,</u> )
2024-08-30 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JEĆZ,</u> ) Dorsz panierowany 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <u>MLE,</u> )	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JEĆZ,</u> ) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <u>MLE,</u> )	Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JEĆZ,</u> ) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE,</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 25 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,</u> )	Chrupki kukurydziane 50 g	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,</u> )
		Wartość energetyczna: 2793.16 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 96.09 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 392.28 g; W tym cukry: 113.50 g; Błonnik pok.: 26.31 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2675.93 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 405.06 g; W tym cukry: 126.37 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 2185.62 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 77.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 289.99 g; W tym cukry: 54.13 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 5.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-08-31 sobota	Śniadanie	Mleko 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Płatki kukurydziane 30 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Mleko 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Płatki kukurydziane 30 g Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Krem z zielonego groszku z grzankami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Krem z zielonego groszku z grzankami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> )		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2869.60 kcal; Białko ogółem: 110.96 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.59 g; Węglowodany ogółem: 425.40 g; W tym cukry: 129.78 g; Błonnik pok.: 36.06 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2869.83 kcal; Białko ogółem: 118.24 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 432.58 g; W tym cukry: 135.13 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 7.15 g;	Wartość energetyczna: 2250.91 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 80.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 281.43 g; W tym cukry: 43.82 g; Błonnik pok.: 43.34 g; Sól: 7.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-09-01 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 60 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Krem pomidorowy - dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Groszek ptysiowy 20 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Kotlet schabowy 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 150 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Krem pomidorowy - dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Groszek ptysiowy 20 g ( <b>GLUPSZ, JAJ,</b> ) Schab gotowany 120 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Krem pomidorowy - dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Groszek ptysiowy 20 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Schab gotowany 120 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 150 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 25 g ( <b>MLE,</b> ) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami xxl 170g 1 szt ( <b>MLE, GLU OW,</b> )		
		Wartość energetyczna: 2869.71 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 119.41 g; Kw. tł. nasy.: 53.05 g; Węglowodany ogółem: 350.04 g; W tym cukry: 113.70 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2615.53 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 88.72 g; Kw. tł. nasy.: 42.55 g; Węglowodany ogółem: 339.57 g; W tym cukry: 111.86 g; Błonnik pok.: 17.75 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2301.28 kcal; Białko ogółem: 125.66 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; Węglowodany ogółem: 255.63 g; W tym cukry: 60.73 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 5.92 g;

## **Oznaczenia alergenów:**

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

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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