

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwo przysw. węglowodanów
2024-05-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Rzodkiewka 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Rzodkiewka 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Brokułowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 40 g (RYB, SEL.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Wafle ryżowe 50 g	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)
	Wartość energetyczna: 2835.36 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 89.85 g; Kw. tł. nasy.: 50.39 g; Węglowodany ogółem: 422.20 g; W tym cukry: 103.33 g; Błonnik pok.: 55.07 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2713.11 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 425.89 g; W tym cukry: 102.77 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2511.26 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 88.87 g; Kw. tł. nasy.: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 344.57 g; W tym cukry: 67.12 g; Błonnik pok.: 56.81 g; Sól: 8.30 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwo przysw. węglowodanów
2024-05-28 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 dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kiwi 1 szt 1 szt Pomidor 80 g
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa pieczona 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Solferino () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Pieczarkowa z ziemniakami * () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g 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 2% tł. 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g 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.) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)		
	Wartość energetyczna: 2602.67 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 369.54 g; W tym cukry: 113.85 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2620.67 kcal; Białko ogółem: 114.61 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 381.38 g; W tym cukry: 116.55 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 2179.45 kcal; Białko ogółem: 119.63 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 259.81 g; W tym cukry: 46.91 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 6.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-05-29 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Sałatka wiosenna (). 100 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Sałatka wiosenna (). 100 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet mielony drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ćwikła z jabłkiem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Grysikowa () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Buraczki oprószane () 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane () 200 g Ćwikła z jabłkiem b/c () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Papryka świeża 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.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.)
	PN	Drożdżówka mini 50g	50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)
	Wartość energetyczna: 3087.77 kcal; Białko ogółem: 120.97 g; Tłuszcz: 106.78 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 426.16 g; W tym cukry: 111.49 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2641.01 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 385.66 g; W tym cukry: 110.37 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2567.06 kcal; Białko ogółem: 122.59 g; Tłuszcz: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.70 g; Węglowodany ogółem: 361.83 g; W tym cukry: 71.52 g; Błonnik pok.: 35.47 g; Sól: 6.71 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-05-30 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ogórek świeży 8 000 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane () 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ziemniaczana () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE.) Papryka świeża 50 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.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2706.20 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 422.45 g; W tym cukry: 117.27 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2744.20 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 414.88 g; W tym cukry: 118.74 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 4.93 g;	Wartość energetyczna: 3876.85 kcal; Białko ogółem: 179.62 g; Tłuszcz: 92.64 g; Kw. tł. nasy.: 40.84 g; Węglowodany ogółem: 629.55 g; W tym cukry: 208.59 g; Błonnik pok.: 88.11 g; Sól: 8.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-05-31 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Dżem 50 g Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Dżem 50 g Twarożek 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 1 szt
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dorsz panierowany 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki 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 (MLE.)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet rybny (Dorsz) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)		
	Wartość energetyczna: 2678.19 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 92.43 g; Kw. tł. nasy.: 41.13 g; Węglowodany ogółem: 376.65 g; W tym cukry: 124.91 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2518.24 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 40.08 g; Węglowodany ogółem: 365.16 g; W tym cukry: 115.15 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 2297.20 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 90.95 g; Kw. tł. nasy.: 49.44 g; Węglowodany ogółem: 278.39 g; W tym cukry: 68.25 g; Błonnik pok.: 33.81 g; Sól: 6.23 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-01 sobota	Śniadanie	Ryż 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.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	Obiad	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym* 350 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym* 350 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 200 g Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Krem z dyni z groszkiem ptysiowym* 350 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Kasza jaglana na sypko 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 50 g (GLU PSZ. SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 50 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ. może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)	Wafle ryżowe 50 g	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORZ. może zawierać: OZI, MLE, SEZ.)
	Wartość energetyczna: 2815.88 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 103.71 g; Kw. tł. nasy.: 53.16 g; Węglowodany ogółem: 362.38 g; W tym cukry: 102.48 g; Błonnik pok.: 38.70 g; Sól: 10.03 g;	Wartość energetyczna: 2805.34 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 90.77 g; Kw. tł. nasy.: 43.20 g; Węglowodany ogółem: 387.56 g; W tym cukry: 109.56 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2444.24 kcal; Białko ogółem: 108.80 g; Tłuszcz: 99.05 g; Kw. tł. nasy.: 51.17 g; Węglowodany ogółem: 284.69 g; W tym cukry: 60.65 g; Błonnik pok.: 40.99 g; Sól: 9.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-27 do dnia 2024-06-02 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- PED P1 Podstawowa	BB- PED P2 Łatwostrawna	BB- PED P7 z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów
2024-06-02 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt 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 doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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 (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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 (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (MLE.) 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 (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)
	Wartość energetyczna: 2883.54 kcal; Białko ogółem: 121.64 g; Tłuszcz: 95.23 g; Kw. tł. nasy.: 44.28 g; Węglowodany ogółem: 398.47 g; W tym cukry: 121.89 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2793.28 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 88.65 g; Kw. tł. nasy.: 43.75 g; Węglowodany ogółem: 387.83 g; W tym cukry: 116.03 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2496.83 kcal; Białko ogółem: 128.83 g; Tłuszcz: 94.17 g; Kw. tł. nasy.: 40.88 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g; W tym cukry: 52.61 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sól: 5.88 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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