

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Mandarynka 2 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Mandarynka 2 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>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Mandarynka 2 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 40 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Mandarynka 2 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Mandarynka 2 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Mandarynka 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II SN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
2026-03-30 piątek	Obiad	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mus z truskawek* 100 g Naleśniki z jabłkami 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Naleśniki z jabłkami 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mus z truskawek* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Naleśniki z jabłkami 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mus z truskawek* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka)# 350 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta# 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta# (bez glutenu) 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)# 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane * (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dżem jagodowy 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		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 ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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 ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (<u>RYB, MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g	Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 50 g	Biszkopty 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2450.57 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 76.45 g; Kw. tł. nasy.: 41.96 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; W tym cukry: 99.06 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sód: 3304.85 mg;	Wartość energetyczna: 2478.55 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 353.83 g; W tym cukry: 87.89 g; Błonnik pok.: 19.88 g; Sód: 3259.83 mg;	Wartość energetyczna: 2226.55 kcal; Białko ogółem: 96.76 g; Tłuszcz: 75.16 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 321.89 g; W tym cukry: 71.11 g; Błonnik pok.: 39.16 g; Sód: 3649.36 mg;	Wartość energetyczna: 2471.13 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 85.14 g; Kw. tł. nasy.: 48.93 g; Węglowodany ogółem: 368.42 g; W tym cukry: 93.48 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sód: 2348.39 mg;	Wartość energetyczna: 1731.48 kcal; Białko ogółem: 54.20 g; Tłuszcz: 42.55 g; Kw. tł. nasy.: 7.88 g; Węglowodany ogółem: 302.25 g; W tym cukry: 51.74 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sód: 3376.61 mg;	Wartość energetyczna: 2095.30 kcal; Białko ogółem: 66.07 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; W tym cukry: 60.36 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sód: 3461.68 mg;	Wartość energetyczna: 1741.23 kcal; Białko ogółem: 53.91 g; Tłuszcz: 39.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 309.36 g; W tym cukry: 43.81 g; Błonnik pok.: 5.73 g; Sód: 1891.27 mg;	

Wartości energetyczne oraz odżywcze są wartościami maksymalnymi. W ramach oddziałów są one dostosowane do grup wiekowych pacjentów.

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa
Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem jagodowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	
Obiad	Krem z brokuła z groszkiem ptysiowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE.)	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dynamna duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE.)	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ, PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE.)	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE.)	Solferino (bez mleka)# 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dynamna duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Biszkopty b/ml 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ryżowa # 350 ml (MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy pieczony (bez glutenu) + 2 [Por] x 60 g (JAJ.) Makaron bezglutenowy 200 g Dynamna duszona z olejem* (bez glutenu) 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (MLE.)	Ryżowa (bez mleka)# 350 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Galaretkę drobiowa z udźcem z kurczaka # 150 g (SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Galaretkę drobiowa z udźcem z kurczaka # 150 g (SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Wafle ryżowe 30g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2618.73 kcal; Białko ogółem: 135.07 g; Tłuszcz: 103.15 g; Kw. tł. nasy.: 43.13 g; Węglowodany ogółem: 307.21 g; W tym cukry: 58.78 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sód: 3740.30 mg;	Wartość energetyczna: 2688.10 kcal; Białko ogółem: 137.06 g; Tłuszcz: 96.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 324.20 g; W tym cukry: 66.98 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 2861.45 mg;	Wartość energetyczna: 2338.32 kcal; Białko ogółem: 126.42 g; Tłuszcz: 93.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 276.85 g; W tym cukry: 51.20 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sód: 3834.69 mg;	Wartość energetyczna: 2343.95 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 91.42 g; Kw. tł. nasy.: 47.85 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; W tym cukry: 64.80 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sód: 2186.96 mg;	Wartość energetyczna: 2180.34 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 322.09 g; W tym cukry: 32.78 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sód: 2939.89 mg;	Wartość energetyczna: 2215.35 kcal; Białko ogółem: 82.99 g; Tłuszcz: 101.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; Węglowodany ogółem: 253.76 g; W tym cukry: 41.74 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sód: 3659.00 mg;	Wartość energetyczna: 1694.49 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz: 40.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 261.42 g; W tym cukry: 18.75 g; Błonnik pok.: 15.67 g; Sód: 2385.78 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-01 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</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>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Banan 1szt. 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>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>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl.M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	
2026-04-01 środa	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Kotlet mielony drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy # 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy # 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c 150 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlety z brokuła* 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy # 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos jarzynowy # 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 120 g (<u>JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sos jarzynowy# (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL</u>) Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE</u>)	Krem z marchwi z grzankami (bez mleka) 350 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ryz na wodzie z jabłkami 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u>)		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chrupki kukurydziane 50 g	
	Wartość energetyczna: 2840.20 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 113.12 g; Kw. tł. nasy.: 51.38 g; Węglowodany ogółem: 372.93 g; W tym cukry: 90.47 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sód: 3211.27 mg;	Wartość energetyczna: 2414.33 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 77.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 340.39 g; W tym cukry: 93.43 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sód: 2311.21 mg;	Wartość energetyczna: 2306.22 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kw. tł. nasy.: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 314.24 g; W tym cukry: 51.37 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sód: 2995.41 mg;	Wartość energetyczna: 2592.26 kcal; Białko ogółem: 83.95 g; Tłuszcz: 99.18 g; Kw. tł. nasy.: 49.09 g; Węglowodany ogółem: 364.65 g; W tym cukry: 93.98 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sód: 2991.76 mg;	Wartość energetyczna: 1926.48 kcal; Białko ogółem: 70.97 g; Tłuszcz: 43.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; Węglowodany ogółem: 333.93 g; W tym cukry: 95.59 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sód: 2737.65 mg;	Wartość energetyczna: 2041.65 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 278.50 g; W tym cukry: 68.12 g; Błonnik pok.: 31.57 g; Sód: 2757.41 mg;	Wartość energetyczna: 1558.14 kcal; Białko ogółem: 48.59 g; Tłuszcz: 35.60 g; Kw. tł. nasy.: 14.70 g; Węglowodany ogółem: 275.32 g; W tym cukry: 22.47 g; Błonnik pok.: 20.39 g; Sód: 2268.79 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Zacierka 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) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Zacierka 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) Gruszka 1szt. 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Gruszka 1szt. 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
2026-04-02 czwartek	Obiad	Ziemiacczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Risotto z mięs drobi i warzywami# 350 g (SEL) Surówka z marchwi i selera 150 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Ziemiacczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Risotto z mięs drobi i warzywami# 350 g (SEL) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Ziemiacczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Risotto wegetariańskie# 350 g (SEL) Surówka z marchwi i selera 150 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Ziemiacczana (bez mleka)# 350 ml (GLU PSZ, SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Risotto z mięs drobi i warzywami# 350 g (SEL) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 150 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Ziemiacczana (bez glutenu)# 350 ml (MLE, SEL) Risotto z mięs drobi i warzywami# 350 g (SEL) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Surówka z marchwi i selera 150 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kopytka ziemniaczane * (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, JAJ) Dżem jagodowy 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Salatka jarzynowa # 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Salatka jarzynowa- dieta# 100 g (MLE, SEL) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Salatka jarzynowa # 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Salatka jarzynowa # 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salatka jarzynowa- dieta# 100 g (MLE, SEL) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus jabłko, mango, banan, jagły 100g 1 g	Mus jabłko, mango, jagły 100g 1 g	Mus jabłko, mango, jagły 100g 1 g	Mus jabłko, mango, banan, jagły 100g 1 g	Wafle ryżowe 50 g	Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ)		
	Wartość energetyczna: 2547.17 kcal; Białko ogółem: 104.23 g; Tłuszcz: 91.68 g; Kw. tł. nasy.: 40.58 g; Węglowodany ogółem: 346.77 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sód: 3857.62 mg;	Wartość energetyczna: 2530.39 kcal; Białko ogółem: 108.90 g; Tłuszcz: 84.79 g; Kw. tł. nasy.: 39.70 g; Węglowodany ogółem: 348.94 g; W tym cukry: 81.26 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sód: 2745.26 mg;	Wartość energetyczna: 2278.70 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.11 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; W tym cukry: 63.07 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sód: 3507.09 mg;	Wartość energetyczna: 2519.78 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 364.10 g; W tym cukry: 80.42 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sód: 2701.20 mg;	Wartość energetyczna: 1954.61 kcal; Białko ogółem: 69.36 g; Tłuszcz: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 322.14 g; W tym cukry: 34.61 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sód: 3521.57 mg;	Wartość energetyczna: 2264.08 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 86.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 310.11 g; W tym cukry: 44.13 g; Błonnik pok.: 36.53 g; Sód: 3163.37 mg;	Wartość energetyczna: 1789.72 kcal; Białko ogółem: 55.67 g; Tłuszcz: 38.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 308.79 g; W tym cukry: 28.96 g; Błonnik pok.: 6.66 g; Sód: 1773.72 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa
Śniadanie	Kasza manna 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) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Mandarynka 2 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Mandarynka 2 szt	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 2 szt	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Kasza manna 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) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mandarynka 2 szt Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Mandarynka 2 szt Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE) Dżem jagodowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)
2026-04-03 piątek Obiad	Dyniowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (jabłko, szpinak) 150 g	Dyniowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 150 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (jabłko, szpinak) 150 g	Dyniowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Jabłko 1 szt 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 150 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (jabłko, szpinak) 150 g	Dyniowa z makaronem (bez mleka) # 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 150 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (jabłko, szpinak) 150 g	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) # 350 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 150 g (SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (jabłko, szpinak) 150 g	Ryżowa (bez mleka)# 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ) Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (JAJ, MLE) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)
	Wartość energetyczna: 2516.61 kcal; Białko ogółem: 120.21 g; Tłuszcz: 81.97 g; Kw. tł. nasy.: 41.50 g; Węglowodany ogółem: 344.54 g; W tym cukry: 65.28 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sód: 2557.61 mg;	Wartość energetyczna: 2596.73 kcal; Białko ogółem: 123.57 g; Tłuszcz: 86.84 g; Kw. tł. nasy.: 41.71 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; W tym cukry: 66.18 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sód: 2174.93 mg;	Wartość energetyczna: 2139.50 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; Węglowodany ogółem: 285.64 g; W tym cukry: 86.79 g; Błonnik pok.: 32.74 g; Sód: 2180.55 mg;	Wartość energetyczna: 2562.95 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 41.41 g; Węglowodany ogółem: 362.70 g; W tym cukry: 82.37 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sód: 2327.43 mg;	Wartość energetyczna: 1687.45 kcal; Białko ogółem: 76.06 g; Tłuszcz: 43.61 g; Kw. tł. nasy.: 7.97 g; Węglowodany ogółem: 266.98 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sód: 3023.89 mg;	Wartość energetyczna: 2061.10 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz: 83.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 263.30 g; W tym cukry: 58.38 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sód: 2523.04 mg;	Wartość energetyczna: 1714.19 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 44.61 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 261.94 g; W tym cukry: 35.50 g; Błonnik pok.: 15.37 g; Sód: 2347.08 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-04 sobota	Śniadanie II ŚN Obiad Kolejacja PN	Platki 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,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki 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,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szykowna dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szykowna dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE,)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)
		Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Makaron z serem b/c 300 g (GLU PSZ, MLE,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)# 350 ml (SEL,) Makaron z jabłkami () 400 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Makaron z serem (bezglutenu) 300 g (MLE,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	Krem z marchwi z grzankami (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ,) Ryz na wodzie z jabłkami 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szykowna tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	Wafle ryżowe 50 g	Wafle ryżowe 50 g	Chrupki kukurydziane 50 g
Wartość energetyczna: 2379.04 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 356.11 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sód: 2048.89 mg;	Wartość energetyczna: 2427.44 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 78.93 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 357.83 g; W tym cukry: 81.63 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sód: 1584.89 mg;	Wartość energetyczna: 2075.66 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 304.92 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sód: 1503.45 mg;	Wartość energetyczna: 2379.04 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 356.11 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sód: 2048.89 mg;	Wartość energetyczna: 1826.70 kcal; Białko ogółem: 50.48 g; Tłuszcz: 42.47 g; Kw. tł. nasy.: 8.60 g; Węglowodany ogółem: 333.79 g; W tym cukry: 34.22 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sód: 2142.53 mg;	Wartość energetyczna: 2200.14 kcal; Białko ogółem: 58.71 g; Tłuszcz: 80.43 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 330.60 g; W tym cukry: 48.71 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sód: 1768.58 mg;	Wartość energetyczna: 1554.29 kcal; Białko ogółem: 50.42 g; Tłuszcz: 32.36 g; Kw. tł. nasy.: 13.37 g; Węglowodany ogółem: 274.74 g; W tym cukry: 21.20 g; Błonnik pok.: 20.39 g; Sód: 2420.63 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 Kawa zbożowa z mlekiem b/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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g 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 b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		
2026-04-05 niedziela	Obiad	Żurek z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Żurek z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, PSZ, SEL.</u>) Kotlet ryżowy z pieczarkami i serem żółtym 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Ziemniaczana (bez mleka)# 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Ziemniaczana (bez glutenu)# 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w jarzynach (bez glutenu) 120 g (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Sos własny (bez glutenu) 120 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 [Por] x 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW.</u>)				Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Mus jogurt&zboża i owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Biszkopty 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2602.71 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 98.37 g; Kw. tł. nasy.: 50.67 g; Węglowodany ogółem: 342.66 g; W tym cukry: 94.03 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sód: 2975.37 mg;	Wartość energetyczna: 2586.60 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 41.84 g; Węglowodany ogółem: 372.63 g; W tym cukry: 97.92 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sód: 2263.99 mg;	Wartość energetyczna: 2326.14 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw. tł. nasy.: 46.05 g; Węglowodany ogółem: 329.06 g; W tym cukry: 101.60 g; Błonnik pok.: 33.60 g; Sód: 2918.47 mg;	Wartość energetyczna: 3003.10 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 122.80 g; Kw. tł. nasy.: 56.34 g; Węglowodany ogółem: 400.66 g; W tym cukry: 89.38 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sód: 2935.55 mg;	Wartość energetyczna: 2016.20 kcal; Białko ogółem: 72.70 g; Tłuszcz: 52.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.68 g; Węglowodany ogółem: 331.39 g; W tym cukry: 81.77 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sód: 2586.90 mg;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 74.38 g; Tłuszcz: 74.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; W tym cukry: 98.52 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sód: 2680.13 mg;	Wartość energetyczna: 1562.45 kcal; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz: 41.68 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 240.03 g; W tym cukry: 27.35 g; Błonnik pok.: 14.11 g; Sód: 2433.50 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Rukola 20 g Ogórek kiszony 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Mandarynka 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Rukola 20 g Ogórek kiszony 80 g Mandarynka 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>)	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>) Hummus 60 g (<u>SEZ,</u>) Rukola 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Rosół z makaronem (bez glutenu)# 350 ml (<u>SEL,</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	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>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>) Musli 20 g (<u>GLU PSZ, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ,</u>)				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>) Musli 20 g (<u>GLU PSZ, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ,</u>)	Chrupki kukurydziane 50 g	
	Wartość energetyczna: 2478.64 kcal; Białko ogółem: 120.23 g; Tłuszcz: 96.86 g; Kw. tł. nasy.: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 299.12 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sód: 3273.93 mg;	Wartość energetyczna: 2549.77 kcal; Białko ogółem: 124.44 g; Tłuszcz: 100.30 g; Kw. tł. nasy.: 46.44 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; W tym cukry: 63.52 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sód: 2624.11 mg;	Wartość energetyczna: 2248.27 kcal; Białko ogółem: 124.05 g; Tłuszcz: 95.16 g; Kw. tł. nasy.: 43.00 g; Węglowodany ogółem: 248.87 g; W tym cukry: 46.40 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sód: 3160.38 mg;	Wartość energetyczna: 2710.24 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 99.36 g; Kw. tł. nasy.: 43.60 g; Węglowodany ogółem: 372.16 g; W tym cukry: 82.89 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sód: 2458.41 mg;	Wartość energetyczna: 1822.20 kcal; Białko ogółem: 87.23 g; Tłuszcz: 62.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 246.36 g; W tym cukry: 20.72 g; Błonnik pok.: 23.55 g; Sód: 3161.36 mg;	Wartość energetyczna: 2194.94 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 99.20 g; Kw. tł. nasy.: 40.43 g; Węglowodany ogółem: 253.12 g; W tym cukry: 38.88 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sód: 2900.91 mg;	Wartość energetyczna: 1579.59 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 38.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; Węglowodany ogółem: 242.63 g; W tym cukry: 12.93 g; Błonnik pok.: 17.94 g; Sód: 2490.13 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	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>) Twarożek z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)						Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
2026-04-07 wtorek Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad b/c 300 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* b/c 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka)# 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Schab gotowany 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kalafior gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu)# 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Ryżowa (bez mleka)# 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Wafle ryżowe 30 g		Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Wafle ryżowe 30 g			Chrupki kukurydziane 50 g	
	Wartość energetyczna: 2673.48 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 44.62 g; Węglowodany ogółem: 414.87 g; W tym cukry: 90.85 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sód: 3113.55 mg;	Wartość energetyczna: 2809.07 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 44.75 g; Węglowodany ogółem: 439.45 g; W tym cukry: 111.28 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sód: 2086.18 mg;	Wartość energetyczna: 2455.61 kcal; Białko ogółem: 92.97 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw. tł. nasy.: 41.51 g; Węglowodany ogółem: 384.85 g; W tym cukry: 72.53 g; Błonnik pok.: 33.85 g; Sód: 2801.75 mg;	Wartość energetyczna: 2691.31 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 80.56 g; Kw. tł. nasy.: 45.83 g; Węglowodany ogółem: 419.36 g; W tym cukry: 95.34 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sód: 2287.52 mg;	Wartość energetyczna: 2044.77 kcal; Białko ogółem: 92.11 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; Węglowodany ogółem: 331.50 g; W tym cukry: 53.99 g; Błonnik pok.: 24.39 g; Sód: 2468.97 mg;	Wartość energetyczna: 2455.81 kcal; Białko ogółem: 64.17 g; Tłuszcz: 80.69 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 385.37 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sód: 2470.58 mg;	Wartość energetyczna: 1685.81 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 40.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.80 g; Węglowodany ogółem: 264.79 g; W tym cukry: 19.35 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sód: 2321.18 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-08 środa	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 pieczona na ogniu wierzprowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wierzprowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 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. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wierzprowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) 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>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona na ogniu wierzprowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		ISN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
2026-04-08 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (pietruska, cytryna, szpinak, jabłko) 150 g	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (pietruska, cytryna, szpinak, jabłko) 150 g	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (pietruska, cytryna, szpinak, jabłko) 150 g	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlety ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Smoothie (pietruska, cytryna, szpinak, jabłko) 150 g	Ziemniaczana (bez mleka)# 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 120 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) 80 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)# 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane * (bez mleka) 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dżem jagodowy 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Salata 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>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 50 g (<u>RYB.</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 50 g (<u>RYB.</u>) Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (<u>MLE.</u>) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Biszkopty b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2705.96 kcal; Białko ogółem: 115.25 g; Tłuszcz: 92.67 g; Kw. tł. nasy.: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 371.71 g; W tym cukry: 80.42 g; Błonnik pok.: 31.27 g; Sód: 3732.54 mg;	Wartość energetyczna: 2647.21 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 377.44 g; W tym cukry: 82.58 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sód: 3004.99 mg;	Wartość energetyczna: 2353.07 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 329.72 g; W tym cukry: 59.36 g; Błonnik pok.: 33.11 g; Sód: 3072.55 mg;	Wartość energetyczna: 2737.15 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 100.49 g; Kw. tł. nasy.: 47.97 g; Węglowodany ogółem: 397.97 g; W tym cukry: 81.47 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sód: 4339.32 mg;	Wartość energetyczna: 1995.26 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 52.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 325.00 g; W tym cukry: 56.99 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sód: 3353.44 mg;	Wartość energetyczna: 2062.77 kcal; Białko ogółem: 67.89 g; Tłuszcz: 79.28 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 287.20 g; W tym cukry: 72.25 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sód: 3156.26 mg;	Wartość energetyczna: 1902.59 kcal; Białko ogółem: 62.98 g; Tłuszcz: 41.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 321.69 g; W tym cukry: 41.78 g; Błonnik pok.: 6.68 g; Sód: 2395.00 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna 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,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Banan 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza manna 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,) Serek homo pomidorowy 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem jagodowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,)	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,)	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,)	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,)	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,)	Szpinakowa z ziemniakami # (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Sos boloński z mięsa wp -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Biszkopty b/ml 50 g (GLU PSZ, JAJ,)	Szpinakowa z ziemniakami # (bez glutenu) 350 ml (MLE, SEL,) Sos boloński z mięsa wp -dieta (bez glutenu) 150 g (SEL,) Makaron bezglutenowy 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Serek naturalny Hej 150g 1 szt (MLE,)	Ryżowa (bez mleka)# 350 ml (SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ,) Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z fasoli 60 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z fasoli 60 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 25 g (MLE,) Pasta z fasoli 60 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)				Wafle ryżowe 30 g	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	Herbatniki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
	Wartość energetyczna: 2739.96 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 100.64 g; Kw. tł. nasy.: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 385.07 g; W tym cukry: 98.20 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sód: 3091.05 mg;	Wartość energetyczna: 2520.02 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 81.45 g; Kw. tł. nasy.: 42.03 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; W tym cukry: 94.26 g; Błonnik pok.: 19.33 g; Sód: 2762.36 mg;	Wartość energetyczna: 2380.50 kcal; Białko ogółem: 94.46 g; Tłuszcz: 96.25 g; Kw. tł. nasy.: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; W tym cukry: 66.37 g; Błonnik pok.: 41.80 g; Sód: 2787.26 mg;	Wartość energetyczna: 2660.29 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 100.22 g; Kw. tł. nasy.: 43.54 g; Węglowodany ogółem: 379.75 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sód: 2221.25 mg;	Wartość energetyczna: 1853.17 kcal; Białko ogółem: 71.90 g; Tłuszcz: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.00 g; Węglowodany ogółem: 293.13 g; W tym cukry: 10.82 g; Błonnik pok.: 16.90 g; Sód: 3200.57 mg;	Wartość energetyczna: 2144.39 kcal; Białko ogółem: 67.12 g; Tłuszcz: 83.02 g; Kw. tł. nasy.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 295.28 g; W tym cukry: 72.25 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sód: 3293.30 mg;	Wartość energetyczna: 1694.54 kcal; Białko ogółem: 72.28 g; Tłuszcz: 44.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 263.26 g; W tym cukry: 36.26 g; Błonnik pok.: 15.37 g; Sód: 2684.04 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Platki 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) Twarożek 60 g (MLE) Dżem 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Dżem 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Platki 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) Twarożek 60 g (MLE) Dżem 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tt. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Dżem 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
2026-04-10 piątek	Obiad	Krem z zielonego groszku z grzankami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Krem z zielonego groszku z grzankami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Krupnik jęczmienny (bez mleka)# 350 ml (SEL, GLU JECZ) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Ryżowa # 350 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 120 g (JAJ, RYB) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Maślanka 150 ml (MLE)	Krem z marchwii z grzankami # (bez mleka) 350 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na wodzie z jabłkami 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tt. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Musli 20 g (GLU PSZ, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ)				Chrupki kukurydziane 50 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Platki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 50 g	
	Wartość energetyczna: 2661.37 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kw. tł. nasy.: 43.40 g; Węglowodany ogółem: 363.18 g; W tym cukry: 98.90 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sód: 3331.77 mg;	Wartość energetyczna: 2584.94 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 88.95 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 351.58 g; W tym cukry: 101.12 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sód: 2405.39 mg;	Wartość energetyczna: 2217.93 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 86.76 g; Kw. tł. nasy.: 40.04 g; Węglowodany ogółem: 285.12 g; W tym cukry: 63.51 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sód: 2514.04 mg;	Wartość energetyczna: 2644.96 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 93.45 g; Kw. tł. nasy.: 43.35 g; Węglowodany ogółem: 359.96 g; W tym cukry: 96.60 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sód: 3335.63 mg;	Wartość energetyczna: 2001.48 kcal; Białko ogółem: 70.80 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 9.43 g; Węglowodany ogółem: 337.02 g; W tym cukry: 71.58 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sód: 2731.08 mg;	Wartość energetyczna: 2140.17 kcal; Białko ogółem: 72.41 g; Tłuszcz: 86.07 g; Kw. tł. nasy.: 36.27 g; Węglowodany ogółem: 283.10 g; W tym cukry: 74.05 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sód: 2622.25 mg;	Wartość energetyczna: 1528.60 kcal; Białko ogółem: 52.55 g; Tłuszcz: 29.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 276.09 g; W tym cukry: 20.63 g; Błonnik pok.: 17.25 g; Sód: 2313.32 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Mleko 250 ml (MLE) Płatki kukurydziane 30 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Rzepa biała 80 g Salata lodowa 20 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Mleko 250 ml (MLE) Płatki kukurydziane 30 g Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Rzepa biała 80 g Salata lodowa 20 g Gruszka 1szt. 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Mleko 250 ml (MLE) Płatki kukurydziane 30 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE) Rzepa biała 80 g Salata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Gruszka 1szt. 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR) Dżem truskawkowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 150 g	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Kociołek chiński* 300 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)# 350 ml (GLU PSZ, SEL) Potrawka drobiowa 200 g (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Ryżowa # 350 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)# 350 ml (GLU PSZ, SEL) Kopytka ziemniaczane * (bez mleka) 300 g (GLU PSZ, JAJ) Dżem jagodowy 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 25 g (MLE) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 25 g (MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Biszkopty 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)
	Wartość energetyczna: 2548.47 kcal; Białko ogółem: 81.79 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tł. nasy.: 39.88 g; Węglowodany ogółem: 404.56 g; W tym cukry: 67.14 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sód: 3417.45 mg;	Wartość energetyczna: 2769.70 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 433.81 g; W tym cukry: 92.05 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sód: 2842.93 mg;	Wartość energetyczna: 2094.45 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 310.21 g; W tym cukry: 54.70 g; Błonnik pok.: 40.86 g; Sód: 2814.47 mg;	Wartość energetyczna: 2739.55 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz: 91.38 g; Kw. tł. nasy.: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 439.76 g; W tym cukry: 69.51 g; Błonnik pok.: 39.11 g; Sód: 3018.81 mg;	Wartość energetyczna: 1965.13 kcal; Białko ogółem: 68.13 g; Tłuszcz: 41.10 g; Kw. tł. nasy.: 9.84 g; Węglowodany ogółem: 356.56 g; W tym cukry: 85.97 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sód: 2892.52 mg;	Wartość energetyczna: 2226.47 kcal; Białko ogółem: 71.37 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 332.48 g; W tym cukry: 87.41 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sód: 2969.03 mg;	Wartość energetyczna: 1772.49 kcal; Białko ogółem: 54.20 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 309.62 g; W tym cukry: 43.48 g; Błonnik pok.: 5.73 g; Sód: 1791.91 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- PED P01 Podstawowa	BB- PED P02 Łatwostrawna	BB- PED P03 Z ogr. Łatwoprzysw. węglowodanów	BB- PED P01/WE Vegetariańska	BB- PED P02/ML Bezmleczna	BB- PED P02/GL Bezglutenowa	BB- PED Biegunkowa	
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.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt	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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Dżem jagodowy 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)		
2026-04-12, niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 150 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety ziemniaczane ze szpinakiem 350 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)# 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 150 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)# 350 ml (MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 150 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)	Ryżowa (bez mleka)# 350 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml
		Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb niskobiałkowy PKU-bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 25 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami xxl 170g 1 szt (MLE, GLU OW.)			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt		Biszkopty b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
	Wartość energetyczna: 2371.49 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 313.37 g; W tym cukry: 75.55 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sód: 2528.41 mg;	Wartość energetyczna: 2462.64 kcal; Białko ogółem: 121.99 g; Tłuszcz: 83.78 g; Kw. tł. nasy.: 39.99 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; W tym cukry: 80.47 g; Błonnik pok.: 24.06 g; Sód: 2150.17 mg;	Wartość energetyczna: 2175.93 kcal; Białko ogółem: 122.63 g; Tłuszcz: 77.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.71 g; Węglowodany ogółem: 271.96 g; W tym cukry: 59.59 g; Błonnik pok.: 29.60 g; Sód: 2098.72 mg;	Wartość energetyczna: 2628.99 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 99.34 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 370.85 g; W tym cukry: 76.64 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sód: 3563.42 mg;	Wartość energetyczna: 1784.45 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; Węglowodany ogółem: 274.38 g; W tym cukry: 63.07 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sód: 3097.93 mg;	Wartość energetyczna: 2007.87 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 81.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 253.33 g; W tym cukry: 58.96 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sód: 2703.44 mg;	Wartość energetyczna: 1673.27 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz: 41.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 260.27 g; W tym cukry: 19.17 g; Błonnik pok.: 15.67 g; Sód: 2385.78 mg;	

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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>) Szyńka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II SN	Mandarynka 2 szt
	Obiad	
	Kolacja	
	PN	
		Wartość energetyczna: 926.89 kcal; Białko ogółem: 38.42 g; Tłuszcz: 34.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 125.04 g; W tym cukry: 43.65 g; Błonnik pok.: 11.17 g; Sód: 1695.19 mg;

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, <u>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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad		
	Kolejca		
	PN		
		Wartość energetyczna: 888.99 kcal; Białko ogółem: 36.72 g; Tłuszcz: 32.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; Węglowodany ogółem: 120.07 g; W tym cukry: 37.43 g; Błonnik pok.: 9.49 g; Sód: 1101.16 mg;	

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny
2026-04-01 środa	Śniadanie	Płatki 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 20 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt
	Obiad	
	Kolacja	
	PN	
		Wartość energetyczna: 1147.47 kcal; Białko ogółem: 41.19 g; Tłuszcz: 48.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 145.80 g; W tym cukry: 61.20 g; Błonnik pok.: 9.53 g; Sód: 1214.86 mg;

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Zacierka 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) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	
	Kolacja	
	PN	
		Wartość energetyczna: 942.92 kcal; Białko ogółem: 36.12 g; Tłuszcz: 33.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 131.17 g; W tym cukry: 40.51 g; Błonnik pok.: 8.65 g; Sód: 831.04 mg;

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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,) Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,)	
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Obiad		
	Kolacja		
	PN		
		Wartość energetyczna: 1075.86 kcal; Białko ogółem: 41.62 g; Tłuszcz: 37.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 150.43 g; W tym cukry: 67.11 g; Błonnik pok.: 8.90 g; Sód: 898.20 mg;	

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny
2026-04-04 sobota	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,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	
	Kolacja	
	PN	
		Wartość energetyczna: 884.95 kcal; Białko ogółem: 32.55 g; Tłuszcz: 32.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 122.94 g; W tym cukry: 38.15 g; Błonnik pok.: 10.46 g; Sód: 938.45 mg;

BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie
	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ,</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃC,</u>)
	II ŚN
	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad
Kolacja	
PN	
Wartość energetyczna: 912.28 kcal; Białko ogółem: 37.56 g; Tłuszcz: 38.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 108.41 g; W tym cukry: 27.27 g; Błonnik pok.: 3.93 g; Sód: 757.57 mg;	

BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE</u> ,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u> ,) Rukola 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u> ,)
	II ŚN Mandarynka 1 szt
	Obiad
	Kolacja
PN	
Wartość energetyczna: 887.57 kcal; Białko ogółem: 38.63 g; Tłuszcz: 34.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 111.86 g; W tym cukry: 35.44 g; Błonnik pok.: 7.88 g; Sód: 1169.21 mg;	

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Płatki 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Obiad	
	Kolacja	
	PN	
		Wartość energetyczna: 934.67 kcal; Białko ogółem: 38.76 g; Tłuszcz: 32.66 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 130.69 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 12.02 g; Sód: 1246.18 mg;

BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-04-08 środa	Śniadanie
	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> <u>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>) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	II SN
	Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad
Kolaćca	
PN	
Wartość energetyczna: 918.67 kcal; Białko ogółem: 35.64 g; Tłuszcz: 34.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 123.24 g; W tym cukry: 39.78 g; Błonnik pok.: 9.90 g; Sód: 813.21 mg;	

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna 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,) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad		
	Kolacja		
	PN		
		Wartość energetyczna: 876.42 kcal; Białko ogółem: 33.40 g; Tłuszcz: 32.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 120.70 g; W tym cukry: 37.26 g; Błonnik pok.: 8.64 g; Sód: 1279.84 mg;	

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-04-10 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,) Twarożek 60 g (MLE,) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE,)	
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Obiad		
	Kolejca		
	PN		
		Wartość energetyczna: 1071.85 kcal; Białko ogółem: 41.74 g; Tłuszcz: 38.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 147.63 g; W tym cukry: 65.00 g; Błonnik pok.: 9.84 g; Sód: 1050.33 mg;	

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 25 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Mleko 250 ml (MLE.) Płatki kukurydziane 30 g
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g
	Obiad	
	Kolacja	
	PN	
		Wartość energetyczna: 953.88 kcal; Białko ogółem: 33.49 g; Tłuszcz: 31.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 136.00 g; W tym cukry: 40.63 g; Błonnik pok.: 12.51 g; Sód: 1555.42 mg;

		BB- PED P01 Podstawowa Dzienny Oddział Psychiatryczny	
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ,</u>) Masło extra 82% 25 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT,</u> <u>GLU</u> <u>JĘCZ,</u>)	
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad		
	Kolacja		
	PN		
		Wartość energetyczna: 901,34 kcal; Białko ogółem: 38,84 g; Tłuszcz: 32,30 g; Kw. tł. nasy.: 19,23 g; Węglowodany ogółem: 119,74 g; W tym cukry: 37,68 g; Błonnik pok.: 7,59 g; Sód: 913,44 mg;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż:

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