

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-08 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ogórek świeży 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 50 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 25 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos jogurtowy z twarogiem z/c 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłka prażone b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok pomarańczowy 0,2l-kartonik 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g
PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )	Wafle ryżowe 20 g		
		Wartość energetyczna: 2076.60 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 337.06 g; W tym cukry: 45.45 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sód: 2448.12 mg;	Wartość energetyczna: 1948.60 kcal; Białko ogółem: 65.51 g; Tłuszcz: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 315.55 g; W tym cukry: 44.78 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sód: 2552.21 mg;	Wartość energetyczna: 2164.09 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 67.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 349.29 g; W tym cukry: 33.44 g; Błonnik pok.: 49.11 g; Sód: 2838.20 mg;	Wartość energetyczna: 1999.81 kcal; Białko ogółem: 65.36 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; W tym cukry: 47.58 g; Błonnik pok.: 15.24 g; Sód: 2110.10 mg;	Wartość energetyczna: 1482.20 kcal; Białko ogółem: 52.55 g; Tłuszcz: 41.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 234.93 g; W tym cukry: 63.43 g; Błonnik pok.: 14.40 g; Sód: 1297.54 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-09 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała - tarta 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała - tarta 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 150 ml
	II SN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEĆZ.</u> )
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Karczek pieczony 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos meksykański 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami* 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 100 g Szynka wieprzowa gotowana 0,5 [Por] x 80 g Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane drobno tarte 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 100 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb ż-psz 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2028.74 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 301.15 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sód: 2612.40 mg;	Wartość energetyczna: 1944.03 kcal; Białko ogółem: 81.67 g; Tłuszcz: 47.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 314.32 g; W tym cukry: 68.24 g; Błonnik pok.: 21.76 g; Sód: 2459.44 mg;	Wartość energetyczna: 1989.65 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 296.79 g; W tym cukry: 31.88 g; Błonnik pok.: 43.46 g; Sód: 2636.54 mg;	Wartość energetyczna: 1948.47 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 36.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; W tym cukry: 64.41 g; Błonnik pok.: 19.18 g; Sód: 1988.95 mg;	Wartość energetyczna: 1309.71 kcal; Białko ogółem: 52.37 g; Tłuszcz: 32.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; Węglowodany ogółem: 219.01 g; W tym cukry: 64.38 g; Błonnik pok.: 14.03 g; Sód: 1143.97 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-10 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z brokuła* 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z brokuła* 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z brokuła* 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z brokuła* 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki kukurydziane 10 g Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z brokuła* 100 g
	II ŚN			Kanapka z jajkiem i sałatą ( chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )		Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 25g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 100 g ( <u>MLE</u> ) Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Arbuz 150 g		Jabłko pieczone 150 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 1941.63 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 293.40 g; W tym cukry: 46.25 g; Błonnik pok.: 28.21 g; Sód: 3535.46 mg;	Wartość energetyczna: 1950.61 kcal; Białko ogółem: 79.18 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 288.91 g; W tym cukry: 41.99 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sód: 3564.92 mg;	Wartość energetyczna: 2229.47 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 80.17 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 321.68 g; W tym cukry: 44.95 g; Błonnik pok.: 41.01 g; Sód: 3733.98 mg;	Wartość energetyczna: 1876.70 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 291.38 g; W tym cukry: 38.43 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sód: 3080.20 mg;	Wartość energetyczna: 1474.25 kcal; Białko ogółem: 58.04 g; Tłuszcz: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; Węglowodany ogółem: 206.24 g; W tym cukry: 44.02 g; Błonnik pok.: 18.44 g; Sód: 2028.92 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-11 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Rzodkiew biała 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/skórki 100 g
	II SN			Maślanka naturalna 0,33l 1 szt ( <b>MLE</b> )		Banan 100 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Fasolka po bretońsku 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g ( <b>GOR</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sypko 200 g Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 120 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cukinia pieczona (bez oleju) * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sypko 100 g Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml ( <b>MLE</b> )		Koktajl truskawkowy* b/c 100 ml ( <b>MLE</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> )	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> )
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2169.26 kcal; Białko ogółem: 71.43 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 358.70 g; W tym cukry: 60.90 g; Błonnik pok.: 38.32 g; Sód: 3377.15 mg;	Wartość energetyczna: 2045.07 kcal; Białko ogółem: 66.47 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 309.09 g; W tym cukry: 47.03 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sód: 2402.50 mg;	Wartość energetyczna: 2193.89 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 311.72 g; W tym cukry: 41.65 g; Błonnik pok.: 43.31 g; Sód: 3275.80 mg;	Wartość energetyczna: 1989.36 kcal; Białko ogółem: 69.23 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 323.13 g; W tym cukry: 43.43 g; Błonnik pok.: 18.80 g; Sód: 1948.46 mg;	Wartość energetyczna: 1506.11 kcal; Białko ogółem: 50.65 g; Tłuszcz: 53.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 214.63 g; W tym cukry: 60.16 g; Błonnik pok.: 15.17 g; Sód: 1180.44 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-12 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki owsiane + rodzyunki 20 g ( <u>GLU OW</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek śmietankowy naturalny 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	II SN			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlet z ryby (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 80 g ( <u>RYB</u> ) Sos koperkowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona w ziołach (Morszczuk) 50 g ( <u>RYB</u> ) Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane puree 100 g ( <u>MLE</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Smoothie (jabłko, marchew, natka pietruszki) 150 g		Smoothie (jabłko, marchew, natka pietruszki) 150 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Cwikła z jabłkiem b/c 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u> ) Cwikła z jabłkiem b/c 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Cwikła z jabłkiem b/c 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2039.58 kcal; Białko ogółem: 63.51 g; Tłuszcz: 61.82 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; W tym cukry: 81.23 g; Błonnik pok.: 27.91 g; Sód: 2060.95 mg;	Wartość energetyczna: 1887.65 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 300.79 g; W tym cukry: 76.68 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sód: 2269.38 mg;	Wartość energetyczna: 2004.23 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 292.52 g; W tym cukry: 46.64 g; Błonnik pok.: 40.20 g; Sód: 2379.76 mg;	Wartość energetyczna: 1873.60 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz: 34.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.98 g; Węglowodany ogółem: 327.17 g; W tym cukry: 84.28 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sód: 2379.81 mg;	Wartość energetyczna: 1385.20 kcal; Białko ogółem: 55.72 g; Tłuszcz: 47.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 191.34 g; W tym cukry: 52.00 g; Błonnik pok.: 14.51 g; Sód: 1217.65 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 100 g
	II ŚN			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GOR</u> ) Chłopski garnek 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GOR</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GOR</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL, GOR</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 200 ml ( <u>MLE, SEL, GOR</u> ) Ziemniaki gotowane puree 100 g ( <u>MLE</u> ) Gulasz wieprzowy z warzywami* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml ( <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u> )
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет z soczewicy * 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Salatka wiosenna 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka wiosenna - diety 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет z soczewicy * 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Salatka wiosenna 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka wiosenna - diety 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ</u> ) Salatka wiosenna - diety 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 1979.63 kcal; Białko ogółem: 60.67 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 296.85 g; W tym cukry: 78.02 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sód: 2585.79 mg;	Wartość energetyczna: 1945.73 kcal; Białko ogółem: 67.11 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 293.07 g; W tym cukry: 67.71 g; Błonnik pok.: 24.25 g; Sód: 3284.63 mg;	Wartość energetyczna: 2021.62 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 304.12 g; W tym cukry: 22.46 g; Błonnik pok.: 45.63 g; Sód: 2740.40 mg;	Wartość energetyczna: 1858.58 kcal; Białko ogółem: 72.02 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 294.71 g; W tym cukry: 48.71 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sód: 2870.39 mg;	Wartość energetyczna: 1543.22 kcal; Białko ogółem: 51.10 g; Tłuszcz: 61.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 208.74 g; W tym cukry: 56.62 g; Błonnik pok.: 16.76 g; Sód: 1956.92 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-14 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Salata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Salata lodowa 10 g Pomidor b/skórki 90 g
	II ŚN			Arbuz 150 g		Arbuz 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos jarzynowy * 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Marchew gotowana (bez oleju)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Pulpet drobiowy 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 100 g ( <u>MLE</u> ) Kalafior gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z dżemem porzeczkowym 40 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2112.46 kcal; Białko ogółem: 93.43 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 280.46 g; W tym cukry: 57.25 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sód: 3050.19 mg;	Wartość energetyczna: 2045.17 kcal; Białko ogółem: 89.95 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; W tym cukry: 59.09 g; Błonnik pok.: 22.05 g; Sód: 2780.40 mg;	Wartość energetyczna: 2326.05 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 88.00 g; Kw. tł. nasy.: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 315.64 g; W tym cukry: 77.89 g; Błonnik pok.: 37.65 g; Sód: 3363.11 mg;	Wartość energetyczna: 1958.03 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.92 g; Węglowodany ogółem: 313.02 g; W tym cukry: 59.51 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sód: 2243.28 mg;	Wartość energetyczna: 1408.47 kcal; Białko ogółem: 50.90 g; Tłuszcz: 36.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.21 g; Węglowodany ogółem: 227.65 g; W tym cukry: 90.01 g; Błonnik pok.: 15.01 g; Sód: 1226.27 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-15 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ogórek świeży 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )		Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Ryż na sypko 200 g Jabłka prażone b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Jabłka prażone b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka z marchwi i selera b/c 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Jabłka prażone b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami* 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 100 g Jabłka prażone b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 70 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 40g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Banan 100 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u> )	Wafle ryżowe 20 g		
	Wartość energetyczna: 1994.49 kcal; Białko ogółem: 63.00 g; Tłuszcz: 61.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 324.21 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sód: 1993.08 mg;	Wartość energetyczna: 1953.84 kcal; Białko ogółem: 64.84 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; W tym cukry: 49.69 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sód: 2023.78 mg;	Wartość energetyczna: 2193.81 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 82.09 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 311.43 g; W tym cukry: 30.53 g; Błonnik pok.: 43.48 g; Sód: 2561.94 mg;	Wartość energetyczna: 1833.29 kcal; Białko ogółem: 60.24 g; Tłuszcz: 34.85 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; W tym cukry: 45.05 g; Błonnik pok.: 18.01 g; Sód: 1749.47 mg;	Wartość energetyczna: 1400.16 kcal; Białko ogółem: 45.14 g; Tłuszcz: 34.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 241.83 g; W tym cukry: 76.34 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sód: 872.63 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-16 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki kukurydziane 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki kukurydziane 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki kukurydziane 10 g Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)		Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Kolejca	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2291.10 kcal; Białko ogółem: 95.57 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; Węglowodany ogółem: 357.98 g; W tym cukry: 59.09 g; Błonnik pok.: 37.67 g; Sód: 3035.66 mg;	Wartość energetyczna: 2113.76 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; W tym cukry: 56.53 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sód: 3227.80 mg;	Wartość energetyczna: 2449.74 kcal; Białko ogółem: 119.44 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; W tym cukry: 49.22 g; Błonnik pok.: 49.98 g; Sód: 3218.39 mg;	Wartość energetyczna: 1920.58 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 40.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; W tym cukry: 45.39 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sód: 2534.76 mg;	Wartość energetyczna: 1517.46 kcal; Białko ogółem: 74.63 g; Tłuszcz: 43.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; Węglowodany ogółem: 218.19 g; W tym cukry: 53.97 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sód: 1608.33 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-17 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Rzodkiew biała 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	II ŚN			Arbuz 150 g		Arbuz 150 g
	Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Eskalopka z kurczaka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Salata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa z ryżem brązowym* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dyńa duszona z marchewką* 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa * 200 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 100 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos bazyliowy* 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salata zielona z kefirem 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 150 ml		Sok wielowarzywny pasteryzowany 100 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Arbuz 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Arbuz 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 40 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		Wafle ryżowe 20 g
	Wartość energetyczna: 1918.33 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; W tym cukry: 71.18 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sód: 2808.18 mg;	Wartość energetyczna: 1847.41 kcal; Białko ogółem: 81.28 g; Tłuszcz: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 293.69 g; W tym cukry: 70.10 g; Błonnik pok.: 18.57 g; Sód: 2984.40 mg;	Wartość energetyczna: 1814.15 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 301.95 g; W tym cukry: 62.45 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sód: 2864.19 mg;	Wartość energetyczna: 1910.70 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 32.23 g; Kw. tł. nasy.: 15.13 g; Węglowodany ogółem: 335.57 g; W tym cukry: 84.25 g; Błonnik pok.: 21.16 g; Sód: 2146.69 mg;	Wartość energetyczna: 1239.42 kcal; Białko ogółem: 54.18 g; Tłuszcz: 27.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; Węglowodany ogółem: 201.52 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 12.53 g; Sód: 1555.94 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3	
2026-06-18 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Płatki owsiane + rodzynki 20 g ( <u>GLU OW,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Paszтет z ciecierzycy* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Paszтет z ciecierzycy* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	
	II ŚN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński z mięsa wp * (dieta). 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z botwinką i ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński z mięsa wp * (dieta). 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński z mięsa wp * (dieta). 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Seler z pietruszką gotowany b/oleju () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Makaron 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos boloński z mięsa wp * (dieta). 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml	
	PD			Maślanka z płatkami owsianymi 150 ml ( <u>MLE, GLU OW,</u> )		Maślanka 150 ml ( <u>MLE,</u> )	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 25 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Wafle ryżowe 20 g		
	Wartość energetyczna: 2167.10 kcal; Białko ogółem: 66.13 g; Tłuszcz: 80.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 319.20 g; W tym cukry: 58.20 g; Błonnik pok.: 33.88 g; Sód: 2509.99 mg;	Wartość energetyczna: 1980.18 kcal; Białko ogółem: 71.93 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 305.87 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sód: 3020.79 mg;	Wartość energetyczna: 2291.51 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 340.36 g; W tym cukry: 46.13 g; Błonnik pok.: 50.03 g; Sód: 2892.82 mg;	Wartość energetyczna: 1948.01 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; W tym cukry: 49.99 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sód: 2453.20 mg;	Wartość energetyczna: 1372.12 kcal; Białko ogółem: 56.47 g; Tłuszcz: 43.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 197.28 g; W tym cukry: 49.74 g; Błonnik pok.: 15.57 g; Sód: 1694.51 mg;		

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwo przyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-19 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek na słodko 80 g ( <u>MLE</u> ) Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek na słodko 80 g ( <u>MLE</u> ) Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek na słodko 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek na słodko 40 g ( <u>MLE</u> ) Arbuz 150 g
	II ŚN			Arbuz 150 g		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Obiad	Kalafiiorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryba smażona (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiiorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiiorowa z makaronem pełnoziarnistym * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos chrzanowy 70 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SO2.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Warzywa po grecku* (bez oleju) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiiorowa z makaronem * 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Paluszki rybne 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR.</u> ) Ziemniaki gotowane 100 g Warzywa po grecku* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml ( <u>MLE</u> )		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml ( <u>MLE</u> )
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2024.77 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; W tym cukry: 76.42 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sód: 2112.32 mg;	Wartość energetyczna: 1948.97 kcal; Białko ogółem: 78.05 g; Tłuszcz: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 309.42 g; W tym cukry: 76.04 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sód: 2277.71 mg;	Wartość energetyczna: 1944.75 kcal; Białko ogółem: 86.83 g; Tłuszcz: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 38.60 g; Sód: 2204.88 mg;	Wartość energetyczna: 1840.03 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 35.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.07 g; Węglowodany ogółem: 314.78 g; W tym cukry: 60.70 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sód: 2178.40 mg;	Wartość energetyczna: 1445.76 kcal; Białko ogółem: 51.77 g; Tłuszcz: 39.29 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 229.09 g; W tym cukry: 89.89 g; Błonnik pok.: 14.64 g; Sód: 1186.32 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta b/mleka 150 g ( <u>SEL</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta b/mleka 150 g ( <u>SEL</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет z fasoli* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ. MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta b/mleka 100 g ( <u>SEL</u> )
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 100 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka (bez oleju) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 200 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa 80 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <u>MLE</u> )
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 90 g ( <u>SOJ.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Ogórek świeży 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 25 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 2247.54 kcal; Białko ogółem: 70.19 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 322.18 g; W tym cukry: 52.24 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sód: 3086.40 mg;	Wartość energetyczna: 1958.62 kcal; Białko ogółem: 61.64 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; Węglowodany ogółem: 316.24 g; W tym cukry: 51.81 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sód: 2681.69 mg;	Wartość energetyczna: 2104.66 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 340.00 g; W tym cukry: 46.09 g; Błonnik pok.: 47.68 g; Sód: 3280.18 mg;	Wartość energetyczna: 1636.57 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz: 29.56 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 296.40 g; W tym cukry: 47.29 g; Błonnik pok.: 21.35 g; Sód: 2443.41 mg;	Wartość energetyczna: 1456.12 kcal; Białko ogółem: 47.91 g; Tłuszcz: 44.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; Węglowodany ogółem: 227.89 g; W tym cukry: 67.51 g; Błonnik pok.: 17.54 g; Sód: 1327.32 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-08 do dnia 2026-06-21 KUCHNIA BISKUPIEC

		BIS- SZCZ D01 Podstawowa	BIS- SZCZ D02 Łatwo strawna	BIS- SZCZ D03 Z org.łatwoprzyswajalnych węgl.	BIS- SZCZ D05 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	BIS- SZCZ P02/1 Dzieci 1-3
2026-06-21 niedziela	Śniadanie	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z cukinii i marchewki 100 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z cukinii i marchewki 100 g
	II SN			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Kotlet schabowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Mizeria 150 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mizeria 150 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE</u> ) Schab pieczony w rękawie 50 g Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 150 ml
	PD			Smoothie (jabłko,natka pietruszki, cytryna) 150 ml		Smoothie (jabłko,natka pietruszki, cytryna) 150 ml
	Kolejca	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 150 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 25 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 100 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wafle ryżowe 20 g	
	Wartość energetyczna: 1981.86 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 61.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 301.38 g; W tym cukry: 70.39 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sód: 2866.17 mg;	Wartość energetyczna: 1884.70 kcal; Białko ogółem: 79.27 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 286.51 g; W tym cukry: 64.76 g; Błonnik pok.: 18.12 g; Sód: 2922.55 mg;	Wartość energetyczna: 1799.65 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 286.20 g; W tym cukry: 39.15 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sód: 3051.72 mg;	Wartość energetyczna: 1781.16 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz: 36.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sód: 2566.62 mg;	Wartość energetyczna: 1393.44 kcal; Białko ogółem: 54.58 g; Tłuszcz: 38.95 g; Kw. tł. nasy.: 17.48 g; Węglowodany ogółem: 214.93 g; W tym cukry: 66.16 g; Błonnik pok.: 15.74 g; Sód: 1491.84 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,  
SO2 - 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,