

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- WILK 1 Podstawowa	BB- WILK 2 Łatwo strawna	BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów	BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	BB- WILK 9 Bogatobiałkowa
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Rukola 20 g Ogórek kiszony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Rukola 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Mandarynka 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos bazylkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryż na sypek (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na mleku obiad 300 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na mleku obiad 350 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z jabłek () z/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )		
	Kolacja	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Salata 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 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g
PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )		Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )		
	Wartość energetyczna: 2455.22 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 397.77 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2402.11 kcal; Białko ogółem: 77.02 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 396.77 g; W tym cukry: 62.88 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2464.62 kcal; Białko ogółem: 110.28 g; Tłuszcz: 85.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 330.83 g; W tym cukry: 64.48 g; Błonnik pok.: 40.08 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2243.91 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 44.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 403.21 g; W tym cukry: 68.05 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2622.33 kcal; Białko ogółem: 84.28 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 435.46 g; W tym cukry: 78.66 g; Błonnik pok.: 26.46 g; Sól: 7.58 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- WILK 1 Podstawowa	BB- WILK 2 Łatwo strawna	BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów	BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	BB- WILK 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <u>MLE</u> ) Papryka konserwowa 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <u>MLE</u> ) Rukola 20 g Papryka konserwowa 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <u>MLE</u> ) Rukola 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )
		II ŚN		Gruszka 1szt. 150 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g ( <u>MLE</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		
	Kolacja	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (panga) i warzyw () 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (panga) i warzyw () 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (panga) i warzyw () 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 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 1 szt Pasta z ryby gotowanej (panga) i warzyw () 70 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (panga) i warzyw () 100 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twarożek 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
		PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> )	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ</u> ) Szynka delikatesowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 25 g Margaryna porcjowa 15g 1 szt	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
		Wartość energetyczna: 2603.36 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 43.77 g; Węglowodany ogółem: 354.08 g; W tym cukry: 81.02 g; Błonnik pok.: 49.08 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 2581.73 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 368.75 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 47.57 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 2605.21 kcal; Białko ogółem: 122.15 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 369.90 g; W tym cukry: 55.24 g; Błonnik pok.: 41.05 g; Sól: 7.94 g;	Wartość energetyczna: 2449.04 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 369.06 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 49.48 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2533.37 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 370.04 g; W tym cukry: 89.76 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 8.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- WILK 1 Podstawowa	BB- WILK 2 Łatwo strawna	BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów	BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	BB- WILK 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-28 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g	Jogurt naturalny 2% tł. 150 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 40 g ( <u>SEZ</u> ) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g
		II ŚN		Wafle ryżowe 30 g		
2024-02-28 środa	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Eskalopka z udźca kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Ziemniaki () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazylkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Ziemniaki () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazylkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Ziemniaki () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazylkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos bazylkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )
		PD		Jabłko 1 szt 1 szt		
2024-02-28 środa	Kolacja	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
		PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2458.47 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 95.85 g; Kw. tł. nasy.: 37.90 g; Węglowodany ogółem: 316.41 g; W tym cukry: 57.72 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 1978.73 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 49.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 303.42 g; W tym cukry: 51.22 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2318.69 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; W tym cukry: 55.04 g; Błonnik pok.: 37.68 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 1882.56 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 38.78 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; Węglowodany ogółem: 297.35 g; W tym cukry: 47.03 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 8.16 g;	Wartość energetyczna: 2450.99 kcal; Białko ogółem: 118.79 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; W tym cukry: 62.88 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 10.18 g;	

**Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA**

		BB- WILK 1 Podstawowa	BB- WILK 2 Łatwo strawna	BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów	BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	BB- WILK 9 Bogatobiałkowa
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor koktajlowy 60 g Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Mandarynka 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor koktajlowy 60 g Roszponka 20 g Mandarynka 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor koktajlowy 60 g Roszponka 20 g Mandarynka 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Roszponka 20 g Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 100 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Roszponka 20 g Mandarynka 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )
	II SN			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Filet z kurczaka gotowany 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Filet z kurczaka gotowany 100 g
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z fasoli 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salata zielona 20 g Rzodkiew biała 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z fasoli 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 60 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 100 g ( <b>SOJ</b> ) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salata zielona 20 g
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )					
	Wartość energetyczna: 2268.51 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; W tym cukry: 64.58 g; Błonnik pok.: 39.18 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2228.73 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; W tym cukry: 58.92 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 8.35 g;	Wartość energetyczna: 2291.99 kcal; Białko ogółem: 124.51 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 321.16 g; W tym cukry: 74.92 g; Błonnik pok.: 45.83 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 2242.01 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 51.69 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; Węglowodany ogółem: 344.35 g; W tym cukry: 87.66 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 8.94 g;	Wartość energetyczna: 2538.07 kcal; Białko ogółem: 131.01 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 335.74 g; W tym cukry: 77.67 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 10.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- WILK 1 Podstawowa	BB- WILK 2 Łatwo strawna	BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów	BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	BB- WILK 9 Bogatobiałkowa	
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb Graham 20 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 30 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Południca Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 30 g Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Południca Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Rogal drożdżowy 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 30 g Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Południca Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> )
		II ŚN		Biskopki b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		
2024-03-01 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Łosoś pieczony 80g 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		
2024-03-01 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka konserwowa 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka konserwowa 60 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 smarownia 59% tł. 10g 1 szt Południca Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 60 g
		PN	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2484.18 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 87.80 g; Kw. tł. nasy.: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 338.90 g; W tym cukry: 65.42 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2363.37 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 345.63 g; W tym cukry: 70.48 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2286.51 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 83.17 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 301.00 g; W tym cukry: 54.48 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2228.71 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 56.53 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 350.62 g; W tym cukry: 69.31 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2553.07 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; W tym cukry: 76.57 g; Błonnik pok.: 29.00 g; Sól: 6.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

		BB- WILK 1 Podstawowa	BB- WILK 2 Łatwo strawna	BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów	BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	BB- WILK 9 Bogatobiałkowa
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Ser kremowy topiony 25g trójkąt Ementaler 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60g Sałata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek 40g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60g Sałata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek 40g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60g Sałata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek 40g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20g Pomidor 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Jogurt truskawkowy 100g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 100g ( <u>SOJ</u> ) Twarożek 40g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60g Sałata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Gulasz z udźca kurczaka 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza gryczana 200g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Surówka z marchwi i jabłka () 100g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Gulasz z udźca kurczaka 150g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Gulasz z udźca kurczaka 150g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza gryczana 200g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Surówka z marchwi i jabłka () 100g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Gulasz z udźca kurczaka 150g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Gulasz z udźca kurczaka 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200g ( <u>GLU JECZ</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Wafle ryżowe 30g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Hummus 40g ( <u>SEZ</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20g Pomidor 60g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 40g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20g Pomidor 60g	Chleb Graham 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Hummus 40g ( <u>SEZ</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20g Pomidor 60g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 40g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt Pomidor 60g Sałata zielona 20g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 50g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 40g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 60g Sałata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW</u> )					
	Wartość energetyczna: 2316.27 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 80.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; Węglowodany ogółem: 327.41 g; W tym cukry: 89.27 g; Błonnik pok.: 30.53 g; Sól: 8.65 g;	Wartość energetyczna: 2226.11 kcal; Białko ogółem: 77.09 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 340.21 g; W tym cukry: 86.72 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 7.63 g;	Wartość energetyczna: 2262.81 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 317.60 g; W tym cukry: 68.16 g; Błonnik pok.: 37.97 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2107.91 kcal; Białko ogółem: 76.88 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 340.00 g; W tym cukry: 86.54 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2374.89 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 342.66 g; W tym cukry: 86.73 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 8.93 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-26 do dnia 2024-03-03 KUCHNIA BIELSKO BIAŁA

	BB- WILK 1 Podstawowa	BB- WILK 2 Łatwo strawna	BB- WILK 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów	BB- WILK 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	BB- WILK 9 Bogatobiałkowa
Śniadanie	Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</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: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</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: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</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: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ogórek kiszony 60 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 100 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	
2024-03-03 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
		PD		Wafle ryżowe 30 g	
Kolaça	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczone 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 60 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 4g (saszetka) 1 szt
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u> )	Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Wafle ryżowe 30 g Salata zielona 5 g	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2297.17 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 296.83 g; W tym cukry: 50.07 g; Błonnik pok.: 39.29 g; Sól: 8.69 g;	Wartość energetyczna: 2090.33 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 281.18 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 34.32 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2292.41 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 324.54 g; W tym cukry: 41.67 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 1927.44 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; W tym cukry: 46.58 g; Błonnik pok.: 34.32 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2246.19 kcal; Białko ogółem: 124.47 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 286.16 g; W tym cukry: 48.78 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 9.56 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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