

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-20 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (<u>RYB.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (<u>RYB.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (<u>RYB.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka graham-pszenna 90g 1 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (<u>RYB.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (<u>RYB.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
		II ŚN		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml Owsianka z jabłkami b/c 200 g (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Owsianka z jabłkami 200 g (<u>MLE, GLU OW.</u>)	
2024-03-20 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>)
		PD	Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>MLE.</u>)	
2024-03-20 środa	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykoria 20 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykoria 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Cykoria 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykoria 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
		PN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 8 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 8 g	
		Wartość energetyczna: 2335.63 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g;	Wartość energetyczna: 2203.90 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 69.14 g; Węglowodany ogółem: 313.38 g;	Wartość energetyczna: 2488.96 kcal; Białko ogółem: 105.60 g; Tłuszcz: 90.40 g; Węglowodany ogółem: 331.17 g;	Wartość energetyczna: 2619.01 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 78.53 g; Węglowodany ogółem: 383.97 g;	Wartość energetyczna: 548.52 kcal; Białko ogółem: 37.14 g; Tłuszcz: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 53.39 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-21 czwartek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna 90g 1 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ</u>) Musztarda 20 g (<u>GOR</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 30 g Szpinak baby 20 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt	Bułka graham-pszenna 90g 1 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 30 g Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osionce niejadalnej. 30 g Dżem 10 g Papryka świeża 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Roszponka 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Roszponka 10 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Fasolka po bretońsku 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Surówka z selera i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>)
	PD	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE</u>)				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Powidła śliwkowe 25 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Chleb śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlna dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Banan 1szt. 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2606.26 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 98.29 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g;	Wartość energetyczna: 2182.14 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 80.02 g; Węglowodany ogółem: 283.14 g;	Wartość energetyczna: 2280.63 kcal; Białko ogółem: 99.10 g; Tłuszcz: 91.46 g; Węglowodany ogółem: 279.20 g;	Wartość energetyczna: 2733.94 kcal; Białko ogółem: 104.58 g; Tłuszcz: 91.81 g; Węglowodany ogółem: 376.47 g;	Wartość energetyczna: 631.41 kcal; Białko ogółem: 40.00 g; Tłuszcz: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 66.52 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet		
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 8 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 8 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml	
		II ŚN		Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE,</u>) Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)		
		Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Woda z miętą 200 ml	Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g
		PD	Banan 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)		Melon 50 g Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Banan 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Dżem 10 g Szpinak baby 10 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek naturalny Bieluch 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek naturalny Bieluch 30 g (<u>MLE,</u>) Cykoria 10 g			
	Wartość energetyczna: 3060.97 kcal; Białko ogółem: 108.39 g; Tłuszcz: 117.62 g; Węglowodany ogółem: 410.37 g;	Wartość energetyczna: 2737.45 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 93.37 g; Węglowodany ogółem: 387.50 g;	Wartość energetyczna: 2365.34 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 86.29 g; Węglowodany ogółem: 312.62 g;	Wartość energetyczna: 3301.05 kcal; Białko ogółem: 130.25 g; Tłuszcz: 112.79 g; Węglowodany ogółem: 455.13 g;	Wartość energetyczna: 615.92 kcal; Białko ogółem: 35.34 g; Tłuszcz: 31.19 g; Węglowodany ogółem: 52.87 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb pszenny 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Twarożek po grecku 100 g (MLE.) Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE.) Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE.) Rukola 10 g Bawarka b/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE.) Rukola 10 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiełb. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niej. 30 g Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLUPSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z cytryną 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy dieta 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z cytryną 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z cytryną 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z cytryną 200 ml	
	PD	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml (MLE.) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE.) Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE.) Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml (MLE.) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ser żółty 25 g (MLE.) Połędwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 30 g (SOJ.) Dżem 10 g Papryka świeża 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g	
		Wartość energetyczna: 2539.50 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 100.03 g; Węglowodany ogółem: 319.42 g;	Wartość energetyczna: 2211.32 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 80.08 g; Węglowodany ogółem: 271.00 g;	Wartość energetyczna: 2623.29 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 87.81 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g;	Wartość energetyczna: 2909.26 kcal; Białko ogółem: 140.52 g; Tłuszcz: 94.06 g; Węglowodany ogółem: 381.72 g;	Wartość energetyczna: 507.66 kcal; Białko ogółem: 30.96 g; Tłuszcz: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 47.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-24 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko w majonezie kl M 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Plastry buraka gotowanego () 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Plastry buraka gotowanego () 30 g Miód (25g) 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Dżem 10 g Plastry buraka gotowanego () 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dyńia z wody 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dyńia z wody 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	
	PD	Ciastka różne 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ciastka różne 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Roszponka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłoncie niejadalnej. 30 g Roszponka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Roszponka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pulpet rybno-warzywny* 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłoncie niejadalnej. 50 g Roszponka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	PN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 8 g		
	Wartość energetyczna: 3026.79 kcal; Białko ogółem: 143.96 g; Tłuszcz: 138.77 g; Węglowodany ogółem: 311.02 g;	Wartość energetyczna: 2629.18 kcal; Białko ogółem: 136.64 g; Tłuszcz: 104.34 g; Węglowodany ogółem: 287.87 g;	Wartość energetyczna: 2976.94 kcal; Białko ogółem: 168.27 g; Tłuszcz: 131.03 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g;	Wartość energetyczna: 3074.22 kcal; Białko ogółem: 168.72 g; Tłuszcz: 116.47 g; Węglowodany ogółem: 341.01 g;	Wartość energetyczna: 534.89 kcal; Białko ogółem: 33.79 g; Tłuszcz: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 48.28 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb pszenny 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (SOJ.) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (SOJ.) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (SOJ.) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g (SOJ.) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (MLE.) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser żółty 25 g (MLE.) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 8 g		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 350 g (MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 350 g (MLE.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Talarki marchwi oprószanej z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Woda z cytryną 200 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 150 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Woda z cytryną 200 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Talarki marchwi oprószanej z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko 200 g Woda z cytryną 200 ml	Surówka żydowska z olejem () 150 g
	PD	Galaretką o smaku cytrynowym z jabłkami 150 g				
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 30 g Powidła śliwkowe 25 g Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z brokuła * 30 g Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzodkiew biała 30 g Bawarka b/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (MLE.) Pasta z brokuła * 30 g Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Mix sałat 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Mix sałat 8 g			
	Wartość energetyczna: 2471.82 kcal; Białko ogółem: 86.30 g; Tłuszcz: 79.12 g; Węglowodany ogółem: 366.49 g;	Wartość energetyczna: 2369.11 kcal; Białko ogółem: 82.60 g; Tłuszcz: 78.86 g; Węglowodany ogółem: 337.01 g;	Wartość energetyczna: 2618.32 kcal; Białko ogółem: 131.41 g; Tłuszcz: 94.34 g; Węglowodany ogółem: 326.09 g;	Wartość energetyczna: 2907.02 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz: 97.34 g; Węglowodany ogółem: 387.71 g;	Wartość energetyczna: 593.21 kcal; Białko ogółem: 35.97 g; Tłuszcz: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 52.90 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb pszenny 40 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 100 g (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Papryka świeża 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 100 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Cykorcia 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (MLE.)	Bułka graham-pszenna 90g 1 szt (GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 100 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 100 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Cykorcia 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (MLE.)	Piersz delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Ser żółty 25 g (MLE.) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
		II ŚN		Bawarka b/c 200 ml (MLE.) Gruszka w sosie wanilinowym b/c 150 g (MLE.)	Bawarka z/c 200 ml (MLE.) Jabłko w sosie wanilinowym 150 g (MLE.)	
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 120 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g (GLU PSZ.)
		PD	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 8 g Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 100 g (SEL.) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody, wędzony, parzony 30 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Dżem 10 g Papryka świeża 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Szpinak baby 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Szpinak baby 20 g		
	Wartość energetyczna: 2694.17 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 85.63 g; Węglowodany ogółem: 372.46 g;	Wartość energetyczna: 2439.71 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 78.48 g; Węglowodany ogółem: 341.39 g;	Wartość energetyczna: 2504.41 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 80.92 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g;	Wartość energetyczna: 2882.89 kcal; Białko ogółem: 120.90 g; Tłuszcz: 88.64 g; Węglowodany ogółem: 408.05 g;	Wartość energetyczna: 603.80 kcal; Białko ogółem: 38.62 g; Tłuszcz: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 60.24 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-27 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Szynka ze straganu wp.z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Rzodkiew biała 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 10 g	
	Obiad	Owocowa zupa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dymia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z indyka gotowany 100 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z indyka gotowany 120 g Dymia duszona z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Surówka z marchwi i pora z olejem () 150 g
	PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki kukurydziane 10 g		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Musli 10 g (<u>GLU PSZ, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</u>)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Płatki kukurydziane 10 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Baton szynkowy z kurczą 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidorki koktajlowe 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidorki koktajlowe 30 g		
	Wartość energetyczna: 2370.13 kcal; Białko ogółem: 89.13 g; Tłuszcz: 85.15 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g;	Wartość energetyczna: 2034.86 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 58.00 g; Węglowodany ogółem: 286.61 g;	Wartość energetyczna: 2092.66 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 72.20 g; Węglowodany ogółem: 266.83 g;	Wartość energetyczna: 2436.18 kcal; Białko ogółem: 122.33 g; Tłuszcz: 70.50 g; Węglowodany ogółem: 328.90 g;	Wartość energetyczna: 675.06 kcal; Białko ogółem: 35.54 g; Tłuszcz: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 66.99 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna 90g 1 szt (GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidorowy twaróg 100 g (MLE) Roszponka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenno-żytni 50g (GLU PSZ) Bułka pszenno-kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidorowy twaróg 100 g (MLE) Roszponka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Bułka graham-pszenna 90g 1 szt (GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidorowy twaróg 100 g (MLE) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenno-żytni 50g (GLU PSZ) Bułka pszenno-kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidorowy twaróg 100 g (MLE) Roszponka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (GLU PSZ, SOJ) Ser żółty 25 g (MLE) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
		II ŚN	Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlinia wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Ogórek kiszony 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlinia wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Cykorcia 10 g		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Łazanki z kapustą i mięsem wp z topatki 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński # -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 150 g Makaron 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński # -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos boloński # -dieta 150 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 150 g Makaron 200 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g (GLU PSZ)	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ) Frankfurterki 80 g (SOJ) Muztarda 10 g (GOR) Pomidor b/skórki 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE)	Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE) Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzona, parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ) Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzona, parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (MLE)	Chleb pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE) Szynekowa wędzona-pr.dr.wędzona, parzona 50 g Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml (MLE)	Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Ser żółty 25 g (MLE) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (MLE) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml	
	PN	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasta z marchewki () 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasta z marchewki () 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pasta z marchewki () 30 g	
	Wartość energetyczna: 2800.38 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 114.45 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g;	Wartość energetyczna: 2347.59 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g;	Wartość energetyczna: 2555.69 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 93.61 g; Węglowodany ogółem: 324.01 g;	Wartość energetyczna: 2801.93 kcal; Białko ogółem: 130.45 g; Tłuszcz: 93.74 g; Węglowodany ogółem: 363.58 g;	Wartość energetyczna: 613.28 kcal; Białko ogółem: 40.17 g; Tłuszcz: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 58.63 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-20 do dnia 2024-03-29 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-29 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Dżem 10 g Rzodkiew biała 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Słupki z marchewki 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
	Obiad	Kalafiorkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Ziemniaki puree z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Kalafiorkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki puree z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Kalafiorkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Kalafiorkowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki puree z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>)
	PD	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Chrupki kukurydziane 20 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 50 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Mix салат 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Mix салат 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Mix салат 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Mix салат 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml	Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 100 ml
PN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 30 g			
	Wartość energetyczna: 2637.20 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 91.70 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g;	Wartość energetyczna: 2439.68 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 73.63 g; Węglowodany ogółem: 342.61 g;	Wartość energetyczna: 2490.67 kcal; Białko ogółem: 123.18 g; Tłuszcz: 91.94 g; Węglowodany ogółem: 306.64 g;	Wartość energetyczna: 3135.52 kcal; Białko ogółem: 150.21 g; Tłuszcz: 93.93 g; Węglowodany ogółem: 430.60 g;	Wartość energetyczna: 527.92 kcal; Białko ogółem: 35.46 g; Tłuszcz: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 49.78 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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