

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet					
2024-04-19 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 60g ( <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 60g ( <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 cytryną 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 oprószone z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z cytryną 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 cytryną 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 oprószone z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g		
				PD	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Jabłko pieczone 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 100 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 100 g ( <u>MLE,</u> ) Cykoria 10 g	
	Wartość energetyczna: 3022.37 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 118.03 g; Węglowodany ogółem: 399.29 g;	Wartość energetyczna: 2694.65 kcal; Białko ogółem: 101.19 g; Tłuszcz: 93.71 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g;					Wartość energetyczna: 2558.29 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 95.68 g; Węglowodany ogółem: 331.65 g;	Wartość energetyczna: 3391.60 kcal; Białko ogółem: 139.90 g; Tłuszcz: 122.06 g; Węglowodany ogółem: 446.36 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 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-04-20 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Twarożek po grecku 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 30 g Bawarka b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Twarożek z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiełb. wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Dżem 10 g Rukola 10 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa 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 ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLUPSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Woda z miętą 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Woda z miętą 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Woda z miętą 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz wołowy dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g ( <b>MLE.</b> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Woda z miętą 200 ml	
	PD	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Mandarynka 1 szt	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Suchary b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Mandarynka 1 szt	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem 10 g Papryka świeża 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g		
	Wartość energetyczna: 2540.24 kcal; Białko ogółem: 103.36 g; Tłuszcz: 100.06 g; Węglowodany ogółem: 319.53 g;	Wartość energetyczna: 2212.07 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 80.11 g; Węglowodany ogółem: 271.11 g;	Wartość energetyczna: 2669.03 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 88.04 g; Węglowodany ogółem: 365.94 g;	Wartość energetyczna: 2910.00 kcal; Białko ogółem: 140.68 g; Tłuszcz: 94.09 g; Węglowodany ogółem: 381.83 g;	Wartość energetyczna: 503.31 kcal; Białko ogółem: 30.81 g; Tłuszcz: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 46.80 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-04-21 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 gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ,</u> ) Ogórek świeży 30 g 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> ) Ogórek świeży 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 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			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> ) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) 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> ) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dylnia 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> ) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) 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> ) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dylnia 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 osłonce 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 osłonce 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 ekspresowa 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> ) Pomidorki koktajlowe 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> ) Pomidorki koktajlowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2562.71 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 99.55 g; Węglowodany ogółem: 314.15 g;	Wartość energetyczna: 2274.93 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 78.99 g; Węglowodany ogółem: 287.87 g;	Wartość energetyczna: 2621.74 kcal; Białko ogółem: 137.57 g; Tłuszcz: 103.24 g; Węglowodany ogółem: 302.67 g;	Wartość energetyczna: 2724.23 kcal; Białko ogółem: 137.39 g; Tłuszcz: 91.16 g; Węglowodany ogółem: 341.98 g;	Wartość energetyczna: 523.22 kcal; Białko ogółem: 33.34 g; Tłuszcz: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 45.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-22 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser mozzarella 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser mozzarella 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser mozzarella 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser mozzarella 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g ( <b>JAJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g ( <b>JAJ, MLE, SEL.</b> ) Sałata zielona 8 g		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 350 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 350 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Talarki marchwi oprószonej z olejem () 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda z pomarańczą 200 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 150 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Talarki marchwi oprószonej z olejem () 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ryż na sypko 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Surówka żydowska z olejem () 150 g
	PD	Galaretką o smaku cytrynowym z jabłkami 150 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Galaretką o smaku cytrynowym z jabłkami 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 30 g Powidła śliwkowe 25 g Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pasta z brokuła * 30 g Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 100 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Rzodkiew biała 30 g Bawarka b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z brokuła * 30 g Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z kalfiora z natką pietruszki 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z kalfiora z natką pietruszki 30 g	
	Wartość energetyczna: 2418.22 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 366.63 g;	Wartość energetyczna: 2317.93 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g;	Wartość energetyczna: 2553.04 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 90.78 g; Węglowodany ogółem: 338.28 g;	Wartość energetyczna: 2878.25 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 94.17 g; Węglowodany ogółem: 387.37 g;	Wartość energetyczna: 595.26 kcal; Białko ogółem: 36.33 g; Tłuszcz: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 52.94 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 40 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 wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki drobiowe z cięciwą homogenizowane, wędzone, parzone 80 g 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 wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Cykorcia 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Bułka graham-pszenna (45g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g 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 wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Cykorcia 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</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			Bawarka b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Gruszka w sosie wanilinowym b/c 150 g ( <u>MLE.</u> )	Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko w sosie wanilinowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z rzodkwi, jabłka i marchewki () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (wołowy) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku () 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Kiwi 1 szt 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 8 g Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody, wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 10 g Ogórek świeży 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml ( <u>MLE.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Szpinak baby 20 g		
	Wartość energetyczna: 2666.01 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 90.36 g; Węglowodany ogółem: 352.43 g;	Wartość energetyczna: 2346.72 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 77.08 g; Węglowodany ogółem: 319.67 g;	Wartość energetyczna: 2537.82 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g;	Wartość energetyczna: 2789.90 kcal; Białko ogółem: 124.74 g; Tłuszcz: 87.24 g; Węglowodany ogółem: 386.33 g;	Wartość energetyczna: 598.42 kcal; Białko ogółem: 38.45 g; Tłuszcz: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 59.13 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-24 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 ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/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	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 indyka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot z jabłek z/c 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> ) Dyńia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot z jabłek z/c 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 Kompot z jabłek b/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Filet z indyka gotowany 120 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kompot z jabłek z/c 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	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 marchewki 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 marchewki 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 marchewki 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 ekspresowa 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 ekspresowa 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: 2419.92 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 84.75 g; Węglowodany ogółem: 337.19 g;	Wartość energetyczna: 2066.00 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 58.13 g; Węglowodany ogółem: 294.90 g;	Wartość energetyczna: 2105.14 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 72.32 g; Węglowodany ogółem: 269.86 g;	Wartość energetyczna: 2494.47 kcal; Białko ogółem: 122.84 g; Tłuszcz: 70.75 g; Węglowodany ogółem: 343.30 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 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-04-25 czwartek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna (45g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidorowy twarózek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Rozspzonka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Bułka graham-pszenna (45g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidorowy twarózek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Rozspzonka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Bułka graham-pszenna (45g) 0,5 szt ( <u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidorowy twarózek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Rozspzonka 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 ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</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
		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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Cykoria 10 g		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Łazanki z kapustą i mięs wp z topatki 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos boloński # -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos boloński # -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Makaron peñoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos boloński # -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 150 g Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Marchew z groszkiem (*) 150 g
	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, 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> ) Paszтет z ciecierzycy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Frankfurterki 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Musztarda 10 g ( <u>GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g 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> ) Paszтет z ciecierzycy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g 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> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g 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 ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pasta z marchewki () 30 g			
PN	Wartość energetyczna: 2873.98 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 115.75 g; Węglowodany ogółem: 363.73 g;	Wartość energetyczna: 2347.59 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g;	Wartość energetyczna: 2629.29 kcal; Białko ogółem: 113.80 g; Tłuszcz: 94.91 g; Węglowodany ogółem: 335.85 g;	Wartość energetyczna: 2801.93 kcal; Białko ogółem: 130.45 g; Tłuszcz: 93.74 g; Węglowodany ogółem: 363.58 g;	Wartość energetyczna: 590.76 kcal; Białko ogółem: 38.97 g; Tłuszcz: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 63.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-26 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 kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Dżem 10 g Rzodkiew biała 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa 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	Kalafiorka 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	Kalafiorka 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	Kalafiorka 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	Kalafiorka 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. 30 g ( <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. 30 g ( <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. 30 g ( <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. 50 g ( <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 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> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek świeży 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> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Cykorcia 10 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: 2490.73 kcal; Białko ogółem: 123.20 g; Tłuszcz: 91.92 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g;	Wartość energetyczna: 3133.32 kcal; Białko ogółem: 150.21 g; Tłuszcz: 93.89 g; Węglowodany ogółem: 429.98 g;	Wartość energetyczna: 527.92 kcal; Białko ogółem: 35.46 g; Tłuszcz: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 49.78 g;	



Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-04-27 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kiebasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Rzodkiew biała 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Rzodkiew biała 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 30 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Cykorcia 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Cykorcia 20 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z musem o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Melon 50 g	Budyń o smaku waniliowym z musem o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE.</b> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Ogórek świeży 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Twarożek z ziołami 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )	Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 10 g Ogórek kiszony 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Rukola 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Rukola 8 g		
		Wartość energetyczna: 2535.26 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 97.26 g; Węglowodany ogółem: 318.25 g;	Wartość energetyczna: 2299.13 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 79.10 g; Węglowodany ogółem: 299.62 g;	Wartość energetyczna: 2476.04 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 90.92 g; Węglowodany ogółem: 312.50 g;	Wartość energetyczna: 2796.52 kcal; Białko ogółem: 136.89 g; Tłuszcz: 97.87 g; Węglowodany ogółem: 350.51 g;	Wartość energetyczna: 502.96 kcal; Białko ogółem: 35.44 g; Tłuszcz: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 44.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-19 do dnia 2024-04-28 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-28, niedziela	<b>Śniadanie</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 8 g Bawarka b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	<b>II ŚN</b>		Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Papryka świeża 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 1szt. 1 szt		
	<b>Obiad</b>	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	
	<b>PD</b>	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )		Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> ) Kawa zbożowa z makiem z/c 200 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	
	<b>Kolacja</b>	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	<b>PN</b>			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Rzodkiew biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 30 g	
	Wartość energetyczna: 2507.37 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 340.07 g;	Wartość energetyczna: 2356.18 kcal; Białko ogółem: 124.62 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 295.04 g;	Wartość energetyczna: 2397.57 kcal; Białko ogółem: 136.45 g; Tłuszcz: 79.73 g; Węglowodany ogółem: 294.30 g;	Wartość energetyczna: 2954.24 kcal; Białko ogółem: 150.12 g; Tłuszcz: 87.48 g; Węglowodany ogółem: 390.98 g;	Wartość energetyczna: 450.86 kcal; Białko ogółem: 27.89 g; Tłuszcz: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 44.67 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,