

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-30 sobota	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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Rzodkiew biała 30 g Dżem 25 g 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Rzodkiew biała 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 30 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Salata zielona 8 g Platki 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Cykorcia 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Cykorcia 20 g		
2024-03-30 sobota	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Kalafior gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
		PD	Budyń o smaku czekoladowym z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Budyń o smaku waniliowym z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>MLE.</u>)
2024-03-30 sobota	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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Powidla śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Ogórek kiszony 30 g Platki 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-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Rukola 8 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 dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Rukola 8 g		
	Wartość energetyczna: 2459.06 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 89.78 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g;	Wartość energetyczna: 2223.56 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 71.25 g; Węglowodany ogółem: 306.75 g;	Wartość energetyczna: 2433.65 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 83.73 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g;	Wartość energetyczna: 2716.20 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 89.63 g; Węglowodany ogółem: 361.39 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 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-03-31 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 8 g Bawarka b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Mix sałat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>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
	II ŚN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt		
	Obiad	Żurek z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Cwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SOJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Żurek z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Cwikła z chrzanem b/c () 100 g (<u>MLE, SOJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z miętą 200 ml	
	PD	Babka piaskowa 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Biskopki b/c 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Babka piaskowa 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, OZI, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Musztarda 10 g (<u>GOR</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (<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		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 30 g		
		Wartość energetyczna: 2879.60 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 118.28 g; Węglowodany ogółem: 350.13 g;	Wartość energetyczna: 2326.22 kcal; Białko ogółem: 114.79 g; Tłuszcz: 76.04 g; Węglowodany ogółem: 297.35 g;	Wartość energetyczna: 2474.88 kcal; Białko ogółem: 129.73 g; Tłuszcz: 78.85 g; Węglowodany ogółem: 323.67 g;	Wartość energetyczna: 2903.00 kcal; Białko ogółem: 139.70 g; Tłuszcz: 88.33 g; Węglowodany ogółem: 388.61 g;	Wartość energetyczna: 450.86 kcal; Białko ogółem: 27.89 g; Tłuszcz: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 44.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet		
2024-04-01 poniedziałek	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>) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Kiełbasa biała z indyka-drobiowa średnio rozdrobniona, parzona w osłonce jadalnej wieprzowej 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chrzan 10 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa () 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa () 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Ogórek kiszony 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 razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 8 g		
		Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, 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>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, 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>) Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, 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>) Potrawka drobiowa () 230 g (<u>GLU PSZ, 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	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.</u>) Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Mandarynka 1 szt Ciasteczka bez cukru 30 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.</u>) Mleko 200 ml (<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 homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Papryka świeża 30 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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>) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 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
		PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 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>) Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 10 g		
	Wartość energetyczna: 2440.06 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 83.41 g; Węglowodany ogółem: 331.72 g;	Wartość energetyczna: 2342.06 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 78.19 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g;	Wartość energetyczna: 2248.28 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 279.78 g;	Wartość energetyczna: 2784.92 kcal; Białko ogółem: 126.27 g; Tłuszcz: 92.47 g; Węglowodany ogółem: 364.25 g;	Wartość energetyczna: 495.32 kcal; Białko ogółem: 33.60 g; Tłuszcz: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 44.48 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-02 wtorek	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>) Pasztet drobiowy z kurzej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g Dżem 25 g 1 szt 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>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 30 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 90g 0.5 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, LUB.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 30 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 30 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Mix салат 10 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 Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 50 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* 50 g		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 150 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 150 g Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Kostki buraczka gotowanego 150 g
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	
	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa z/c 200 ml	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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 8 g Herbata zielona 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa b/c 200 ml	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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Salata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa z/c 200 ml	Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb mieszany żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g		
	Wartość energetyczna: 2426.91 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 329.07 g;	Wartość energetyczna: 2395.19 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 69.26 g; Węglowodany ogółem: 361.57 g;	Wartość energetyczna: 2446.74 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 96.43 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g;	Wartość energetyczna: 2853.83 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 80.12 g; Węglowodany ogółem: 430.38 g;	Wartość energetyczna: 562.62 kcal; Białko ogółem: 36.54 g; Tłuszcz: 21.43 g; Węglowodany ogółem: 59.33 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-03 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>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo pomidorowy 100 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 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>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo pomidorowy 100 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 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>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo pomidorowy 100 g (<u>MLE.</u>) Rukola 10 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Poładwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser topiony 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 SN			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>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 30 g	
Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Cwikła z chrzanem () 150 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot z jabłek z/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z jabłek z/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Cwikła z chrzanem b/c () 150 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot z jabłek b/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki oprószone () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z jabłek z/c 200 ml	Salatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>)	
PD	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g		Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Powidla śliwkowe 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Papryka świeża 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-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>) 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>) Serek naturalny Bieluch 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 8 g		
	Wartość energetyczna: 2644.05 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 98.11 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g;	Wartość energetyczna: 2197.12 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 60.08 g; Węglowodany ogółem: 323.18 g;	Wartość energetyczna: 2328.87 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 77.50 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g;	Wartość energetyczna: 2588.63 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 76.14 g; Węglowodany ogółem: 373.67 g;	Wartość energetyczna: 533.03 kcal; Białko ogółem: 31.09 g; Tłuszcz: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 55.21 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-04 czwartek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna 90g 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Słupki z warzyw () 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pasta warzywna () 30 g (<u>SEL.</u>) Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka graham-pszenna 90g 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Słupki z warzyw () 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pasta warzywna () 30 g (<u>SEL.</u>) Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Baton szynkowy z kurcząt 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 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 Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Melon 50 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Melon 50 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 250 g (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 250 g (<u>SEL.</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>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 250 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 250 g (<u>SEL.</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 kapusty białej z olejem 150 g
	PD	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt		
	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>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g 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>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g 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>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 30 g 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 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z brokuła * 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z brokuła * 30 g		
		Wartość energetyczna: 2509.08 kcal; Białko ogółem: 86.37 g; Tłuszcz: 82.12 g; Węglowodany ogółem: 373.88 g;	Wartość energetyczna: 2422.43 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 344.46 g;	Wartość energetyczna: 2546.23 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Tłuszcz: 89.56 g; Węglowodany ogółem: 345.73 g;	Wartość energetyczna: 2863.12 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 92.03 g; Węglowodany ogółem: 410.93 g;	Wartość energetyczna: 660.61 kcal; Białko ogółem: 35.20 g; Tłuszcz: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 61.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-04-05 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Rogal 70g 0,5 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidoriki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb pszenny 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal 70g 0,5 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidoriki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidoriki koktajlowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb pszenny 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal 70g 0,5 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidoriki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Poledwica premium-wędlna dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Platki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	II SN			Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Surówka z selera naciowego i jabłka () 150 g (<u>MLE, SEL</u>)
	PD	Gruszka w sosie wanilinowym 150 g (<u>MLE</u>)	Jabłko w sosie wanilinowym 150 g (<u>MLE</u>)	Gruszka w sosie wanilinowym b/c 150 g (<u>MLE</u>)	Jabłko w sosie wanilinowym 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>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 50 g (<u>JAJ, GOR</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Roszponka 10 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Roszponka 10 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Roszponka 10 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 koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Roszponka 10 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)	Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Platki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml	
PN			Herbata rumiankowa 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>) Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 8 g	Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 8 g		
	Wartość energetyczna: 2777.37 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 96.28 g; Węglowodany ogółem: 378.80 g;	Wartość energetyczna: 2560.26 kcal; Białko ogółem: 118.80 g; Tłuszcz: 84.65 g; Węglowodany ogółem: 334.95 g;	Wartość energetyczna: 2474.30 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 85.91 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g;	Wartość energetyczna: 2948.53 kcal; Białko ogółem: 134.03 g; Tłuszcz: 94.27 g; Węglowodany ogółem: 394.97 g;	Wartość energetyczna: 576.23 kcal; Białko ogółem: 33.62 g; Tłuszcz: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 57.15 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Dżem 25 g 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ser żółty 25 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>) Dżem 10 g Ogórek kiszony 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 żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Kiwi 1 szt 1 szt	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 dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Banan 1szt. 1 szt	
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 200 ml Buraczki gotowane () 100 g	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
	PD	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</u>)	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	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>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g 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 czarna ekspresowa z cytryną 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>) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Pomidor b/skórki 30 g	
	Wartość energetyczna: 2891.93 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 109.16 g; Węglowodany ogółem: 378.18 g;	Wartość energetyczna: 2449.49 kcal; Białko ogółem: 115.41 g; Tłuszcz: 75.49 g; Węglowodany ogółem: 343.44 g;	Wartość energetyczna: 2752.40 kcal; Białko ogółem: 136.02 g; Tłuszcz: 93.12 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g;	Wartość energetyczna: 3034.22 kcal; Białko ogółem: 133.60 g; Tłuszcz: 90.73 g; Węglowodany ogółem: 439.42 g;	Wartość energetyczna: 503.82 kcal; Białko ogółem: 33.71 g; Tłuszcz: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 45.30 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-07 niedziela	Śniadanie	Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (SOJ.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Szpinak baby 20 g Miod (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Szpinak baby 20 g Miod (25g) 1 szt 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.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (SOJ.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Szpinak baby 20 g Bawarka b/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Miod (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Dżem 10 g Rzodkiew biała 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-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 30 g		
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 100 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dyńa duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 200 ml	
	PD	Kiwi 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Płatki kukurydziane 10 g	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Płatki kukurydziane 10 g	Kiwi 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Musli 10 g (GLU PSZ, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Płatki kukurydziane 10 g	
	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.) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Salata zielona 8 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 8 g Mleko 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 i słonecznika z natką pietruszki 100 g (MLE.) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 8 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Salata zielona 8 g Mleko 200 ml (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ, MLE.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g	
	Wartość energetyczna: 2490.99 kcal; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 93.73 g; Węglowodany ogółem: 303.45 g;	Wartość energetyczna: 2379.73 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 76.37 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g;	Wartość energetyczna: 2660.85 kcal; Białko ogółem: 137.04 g; Tłuszcz: 114.85 g; Węglowodany ogółem: 286.62 g;	Wartość energetyczna: 2776.15 kcal; Białko ogółem: 131.70 g; Tłuszcz: 91.78 g; Węglowodany ogółem: 362.10 g;	Wartość energetyczna: 515.25 kcal; Białko ogółem: 33.81 g; Tłuszcz: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 45.97 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-30 do dnia 2024-04-08 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-04-08 poniedziałek	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 jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 30 g Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mix салат 10 g Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</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 - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kiszony 30 g Kawa zbożowa b/c 200 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix салат 10 g Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</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>) 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
	ISN			Herbata melisa ekspresowa z/c 200 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Herbata melisa ekspresowa z/c 200 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z truskawek* 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pierogi leniwe z cukrem i cynamonem () 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z truskawek* 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera () 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Kalafior gotowany* 150 g
	PD	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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 mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g (<u>SEL.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Salata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata ekspresowa zielona 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>) Szpinak baby 20 g	Herbata ekspresowa zielona 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>) Szpinak baby 20 g		
	Wartość energetyczna: 2261.04 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz: 66.93 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g;	Wartość energetyczna: 2222.07 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz: 66.13 g; Węglowodany ogółem: 327.99 g;	Wartość energetyczna: 2718.92 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 94.33 g; Węglowodany ogółem: 364.90 g;	Wartość energetyczna: 2982.47 kcal; Białko ogółem: 118.08 g; Tłuszcz: 86.91 g; Węglowodany ogółem: 439.75 g;	Wartość energetyczna: 542.52 kcal; Białko ogółem: 35.86 g; Tłuszcz: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 52.56 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,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JE CZ - 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,