

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 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 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna (45g) 0,5 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, ŁUB.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek Fromage 40 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiewka 30 g Miód (25g) 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Rzodkiewka 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</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			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński # -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński # -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka z rzodkwi białej i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński # -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z pomarańczą 200 ml	Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g (<u>GLU PSZ.</u>)
PD	Musli 10 g (<u>GLU PSZ, GLU OW, GLU JECZ, 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>)	Kiwi 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Musli 10 g (<u>GLU PSZ, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</u>)	Płatki kukurydziane 10 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<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>) Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 10 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 10 g 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>) Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 10 g Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 10 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Ser topiony 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 10 g Ogórek kiszony 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata ekspresowa rumiankowa 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 rumiankowa 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>) Sałata zielona 8 g	
	Wartość energetyczna: 2697.76 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 100.55 g; Węglowodany ogółem: 341.00 g;	Wartość energetyczna: 2173.11 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 279.58 g;	Wartość energetyczna: 2566.71 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 96.00 g; Węglowodany ogółem: 318.03 g;	Wartość energetyczna: 2545.40 kcal; Białko ogółem: 117.54 g; Tłuszcz: 83.84 g; Węglowodany ogółem: 328.07 g;	Wartość energetyczna: 577.48 kcal; Białko ogółem: 32.72 g; Tłuszcz: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 57.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-05-10 piątek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Serek homo z natką pietruszki 100 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Plaster buraka gotowanego 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Serek homo z natką pietruszki 100 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Plaster buraka gotowanego 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	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,) Serek homo z natką pietruszki 100 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Serek homo z natką pietruszki 100 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Plaster buraka gotowanego 30 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Ser topiony 25 g (MLE,) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ,) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN			Koktajl bananowy b/c 200 ml (MLE,) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Koktajl bananowy 200 ml (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ryba w cieście (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Warzywa po grecku 150 g (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Warzywa po grecku 150 g (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Salata zielona z jogurtem 60 g (MLE,)
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Krakersy 30 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ,)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)	
	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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (SOJ,) Ogórek świeży 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 200 ml (MLE,)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (SOJ,) 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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (SOJ,) Ogórek świeży 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (MLE,)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml (MLE,)	Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Ser żółty 25 g (MLE,) Dżem 10 g Salata zielona 8 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,) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE,) Cykoria 10 g Herbata ekspresowa zielona b/c 200 ml	Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE,) Cykoria 10 g Herbata ekspresowa zielona z/c 200 ml		
		Wartość energetyczna: 2620.67 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 97.10 g; Węglowodany ogółem: 347.66 g;	Wartość energetyczna: 2295.05 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 69.83 g; Węglowodany ogółem: 323.67 g;	Wartość energetyczna: 2414.66 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 78.46 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g;	Wartość energetyczna: 2739.38 kcal; Białko ogółem: 122.39 g; Tłuszcz: 79.45 g; Węglowodany ogółem: 395.75 g;	Wartość energetyczna: 497.78 kcal; Białko ogółem: 30.38 g; Tłuszcz: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 48.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-05-11 sobota	Śniadanie	Chleb pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 30 g Miód (25g) 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE.</u>)	Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 10 g 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			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka z indyka 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka z indyka 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy* z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka z indyka 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka z indyka 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy* z/c 200 ml	
	PD	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Chałka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Chałka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałata zielona 8 g Powidła śliwkowe 25 g 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 8 g 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>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ser topiony 25 g (<u>MLE.</u>) Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml	
PN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g	Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml			
	Wartość energetyczna: 2748.61 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 104.24 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g;	Wartość energetyczna: 2392.50 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g;	Wartość energetyczna: 2659.91 kcal; Białko ogółem: 126.52 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g;	Wartość energetyczna: 2784.14 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 84.14 g; Węglowodany ogółem: 394.42 g;	Wartość energetyczna: 488.14 kcal; Białko ogółem: 31.96 g; Tłuszcz: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 44.17 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-05-12 niedziela	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>) Serek ziarnisty naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 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>) Serek ziarnisty naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Bawarka b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ser topiony 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</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 Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g (<u>JAJ, SEL.</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>) Sałatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g (<u>JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 8 g		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka schabowa 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda z miętą 200 ml	
	PD	Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ryba (miruna) po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u>) Roszponka 10 g Powidła śliskowe 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ryba (miruna) po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u>) 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ryba (miruna) po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u>) Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ryba (miruna) po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, RYB, SEL.</u>) Roszponka 10 g Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 10 g Rzodkiew biała 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 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>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Sałatka z pomidorów i koperku 30 g		
	Wartość energetyczna: 2512.82 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 87.19 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g;	Wartość energetyczna: 2381.60 kcal; Białko ogółem: 112.11 g; Tłuszcz: 82.43 g; Węglowodany ogółem: 306.55 g;	Wartość energetyczna: 2582.15 kcal; Białko ogółem: 122.21 g; Tłuszcz: 97.96 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g;	Wartość energetyczna: 2962.53 kcal; Białko ogółem: 132.25 g; Tłuszcz: 100.04 g; Węglowodany ogółem: 395.03 g;	Wartość energetyczna: 479.94 kcal; Białko ogółem: 30.66 g; Tłuszcz: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 44.93 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-05-13 poniedziałek	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>) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 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>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 8 g 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 naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 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>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 8 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: 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 Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Cykoria 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Cykoria 20 g		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Salatka owocowa ze słonecznikiem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kalańior gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kalańior gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Marchewka z groszkiem oprószana*() 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)		Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z brokuła * 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z brokuła * 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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z brokuła * 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Ser topiony 25 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dod.at.wody w ost.niejad 30 g Dżem 10 g Salata zielona 10 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 Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Roszponka 10 g			
	Wartość energetyczna: 2686.50 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 87.37 g; Węglowodany ogółem: 389.75 g;	Wartość energetyczna: 2256.62 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 77.13 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g;	Wartość energetyczna: 2342.40 kcal; Białko ogółem: 105.28 g; Tłuszcz: 88.84 g; Węglowodany ogółem: 294.08 g;	Wartość energetyczna: 2587.89 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 88.01 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g;	Wartość energetyczna: 613.25 kcal; Białko ogółem: 32.25 g; Tłuszcz: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 62.76 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-05-14 wtorek	Śniadanie	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mix sałat 10 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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt 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>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</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>) Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Schab klasyczny wp, z dodatkiem wody, wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser topiony 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 8 g	
	Obiad	Szczawiowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Karczek pieczony 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki gotowane w kostce () 150 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Szczawiowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Buraczki gotowane w kostce () 150 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>)
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ. JAJ. GLU JECZ.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml	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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Herbata rumiankowa ekspresowa b/c 200 ml	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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 30 g	Herbata miętowa ekspresowa 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 ze straganu wp., z dod. wody, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g		
		Wartość energetyczna: 2456.08 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 92.54 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g;	Wartość energetyczna: 2090.85 kcal; Białko ogółem: 111.70 g; Tłuszcz: 60.74 g; Węglowodany ogółem: 280.80 g;	Wartość energetyczna: 2469.01 kcal; Białko ogółem: 130.32 g; Tłuszcz: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 307.79 g;	Wartość energetyczna: 2539.07 kcal; Białko ogółem: 132.63 g; Tłuszcz: 77.54 g; Węglowodany ogółem: 334.39 g;	Wartość energetyczna: 628.57 kcal; Białko ogółem: 34.21 g; Tłuszcz: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 64.09 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwa strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwa strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-05-15 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i ryby gotowanej (miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wiewprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wiewprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna (45g) 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wiewprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wiewprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ser topiony 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN			Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml Owsianka z jabłkami b/c 200 g (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Owsianka z jabłkami 200 g (<u>MLE, GLU OW.</u>)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Wielowarzywna z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kostki dyni 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Wielowarzywna z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kostki dyni 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>)
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z mussem z truskawek* 150 g (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Kiwi 1 szt 1 szt	Budyń o smaku śmietankowym z mussem z truskawek* 150 g (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Cykorcia 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 8 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 8 g		
		Wartość energetyczna: 2398.40 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 90.25 g; Węglowodany ogółem: 322.64 g;	Wartość energetyczna: 2067.47 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 68.78 g; Węglowodany ogółem: 278.62 g;	Wartość energetyczna: 2515.48 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 98.08 g; Węglowodany ogółem: 320.18 g;	Wartość energetyczna: 2482.58 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 78.17 g; Węglowodany ogółem: 349.20 g;	Wartość energetyczna: 529.72 kcal; Białko ogółem: 33.84 g; Tłuszcz: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 52.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-05-16 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>) Kiełbaski śląskie z kurcząt 80 g Musztarda 20 g (<u>GOR.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szpinak baby 20 g Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt	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 dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osionce niejadanej. 30 g Dżem 10 g Papryka świeża 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 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Roszponka 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Roszponka 10 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 marchwi i jabłka () 150 g (<u>MLE.</u>)
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym 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>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 50 g (<u>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>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 50 g (<u>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>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 50 g (<u>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>) Twaróg półtusty 100 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Ser topiony 25 g (<u>MLE.</u>) Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Banan 1szt. 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2563.75 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 81.88 g; Węglowodany ogółem: 366.79 g;	Wartość energetyczna: 2165.52 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 74.01 g; Węglowodany ogółem: 288.25 g;	Wartość energetyczna: 2354.80 kcal; Białko ogółem: 108.36 g; Tłuszcz: 87.63 g; Węglowodany ogółem: 293.48 g;	Wartość energetyczna: 2717.32 kcal; Białko ogółem: 109.74 g; Tłuszcz: 85.80 g; Węglowodany ogółem: 381.58 g;	Wartość energetyczna: 597.61 kcal; Białko ogółem: 35.38 g; Tłuszcz: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 65.89 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet					
2024-05-17 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 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 8 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb pszenny 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal 70g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: OZI, SOJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ, ŁUB.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 8 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Ser topiony 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 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	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda z cytryną 200 ml	Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g		
				PD	Jabłko 1 szt 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g 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 wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 50 g 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 osłonce 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 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>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 10 g
	Wartość energetyczna: 2974.58 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 113.48 g; Węglowodany ogółem: 391.01 g;	Wartość energetyczna: 2676.34 kcal; Białko ogółem: 99.97 g; Tłuszcz: 92.65 g; Węglowodany ogółem: 366.12 g;	Wartość energetyczna: 2485.91 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 91.62 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g;	Wartość energetyczna: 3293.47 kcal; Białko ogółem: 131.40 g; Tłuszcz: 115.96 g; Węglowodany ogółem: 436.66 g;	Wartość energetyczna: 597.12 kcal; Białko ogółem: 32.04 g; Tłuszcz: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 52.35 g;					

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-09 do dnia 2024-05-18 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-05-18 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb pszenny 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (SEL.) Twarożek po grecku 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 30 g Bawarka b/c 200 ml (MLE.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Twarożek z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Bawarka z/c 200 ml (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiełb. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niej. 30 g Dżem 10 g Rukola 10 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko 100 ml (MLE.) 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 (MLE.) Gruszka 1szt. 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z miętą 200 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy dieta 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z miętą 200 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z miętą 200 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wołowy dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (MLE.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Woda z miętą 200 ml	
	PD	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml (MLE.) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE.) Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Mandarynka 1 szt	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml (MLE.) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasztet z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 30 g Powidła śliskowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasztet z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek świeży 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek naturalny Bieluch 100 g (MLE.) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Ser topiony 25 g (MLE.) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (SOJ.) Dżem 10 g Papryka świeża 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko 100 ml (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g		
		Wartość energetyczna: 2549.35 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 100.07 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g;	Wartość energetyczna: 2218.78 kcal; Białko ogółem: 107.30 g; Tłuszcz: 80.11 g; Węglowodany ogółem: 272.69 g;	Wartość energetyczna: 2678.14 kcal; Białko ogółem: 121.30 g; Tłuszcz: 88.05 g; Węglowodany ogółem: 368.19 g;	Wartość energetyczna: 2916.71 kcal; Białko ogółem: 140.75 g; Tłuszcz: 94.09 g; Węglowodany ogółem: 383.41 g;	
		Wartość energetyczna: 484.51 kcal; Białko ogółem: 27.51 g; Tłuszcz: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 46.27 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,