

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-17 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb pszenny 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona - gotowane 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Sałatka z ryżu i ryby gotowanej (miruna) - dieta () 100 g (<u>RYB,</u>) Rzodkiewka 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem gotowane 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z ryżu i ryby gotowanej (miruna) - dieta () 100 g (<u>RYB,</u>) Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z ryżu i ryby gotowanej (miruna) - dieta () 100 g (<u>RYB,</u>) Rzodkiewka 30 g Kakao z mlekiem gotowane b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka z ryżu i ryby gotowanej (miruna) - dieta () 100 g (<u>RYB,</u>) Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 200 ml (<u>MLE,</u>)	Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Ser topiony 25 g (<u>MLE,</u>) Miód 10 g Sałata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Cykorcia 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Cykorcia 10 g	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Potrawka drobiowa gotowana 150 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków gotowanych i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE,</u>) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Potrawka drobiowa gotowana 150 g (<u>GLUPSZ, PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków gotowanych i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana oprószana z olejem 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Potrawka drobiowa gotowana 150 g (<u>GLUPSZ, PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków gotowanych i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE,</u>) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Potrawka drobiowa gotowana 200 g (<u>GLUPSZ, PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków gotowanych i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
		PD	Jabłko gotowane w sosie wanilinowym 150 g (<u>MLE,</u>)	Jabłko gotowane w sosie wanilinowym b/c 150 g (<u>MLE,</u>)	Jabłko gotowane w sosie wanilinowym 150 g (<u>MLE,</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>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 30 g Powidla śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Dżem 10 g Pomidor 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 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>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Rukola 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLUPSZ,</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 Rukola 8 g	
		Wartość energetyczna: 2590.56 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 102.21 g; Kw. tł. nasy.: 43.55 g; Węglowodany ogółem: 333.95 g; W tym cukry: 89.4 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 8.62 g;	Wartość energetyczna: 2361.68 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 84.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.77 g; Węglowodany ogółem: 315.06 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sól: 6.95 g;	Wartość energetyczna: 2591.51 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 98.04 g; Kw. tł. nasy.: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 335.77 g; W tym cukry: 61.74 g; Błonnik pok.: 38.52 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2885.39 kcal; Białko ogółem: 124.53 g; Tłuszcz: 105.8 g; Kw. tł. nasy.: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 366.86 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 28.39 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 504.45 kcal; Białko ogółem: 32.11 g; Tłuszcz: 20.46 g; Kw. tł. nasy.: 12.29 g; Węglowodany ogółem: 48.88 g; W tym cukry: 25.65 g; Błonnik pok.: 1.81 g; Sól: 2.97 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet
2024-08-18 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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</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 Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</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 gotowane 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- wędlna 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- wędlna dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ,</u>) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Kolek schabowy smażony 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Woda z cytryną 200 ml	
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>)		Kawa zbożowa z makiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Kawa zbożowa z makiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z makiem gotowane 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 Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko gotowane 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 Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Kakao z makiem gotowane 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 Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko gotowane 200 ml (<u>MLE,</u>)	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 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>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 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>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 30 g		
	Wartość energetyczna: 2354.09 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 81.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; W tym cukry: 58.75 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2222.68 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; Węglowodany ogółem: 269.96 g; W tym cukry: 43.75 g; Błonnik pok.: 13.2 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2265.36 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 79.39 g; Kw. tł. nasy.: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 271.38 g; W tym cukry: 35.48 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2847.45 kcal; Białko ogółem: 138.21 g; Tłuszcz: 89.35 g; Kw. tł. nasy.: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 370.93 g; W tym cukry: 104.41 g; Błonnik pok.: 18.3 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 503.61 kcal; Białko ogółem: 32.79 g; Tłuszcz: 22.29 g; Kw. tł. nasy.: 12.43 g; Węglowodany ogółem: 44.36 g; W tym cukry: 28.69 g; Błonnik pok.: 1.88 g; Sól: 3.07 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 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>) Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE,</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>) Mus z jabłek () z/c 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>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>) Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 30 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 wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE,</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>) Mus z jabłek () b/c 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 wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE,</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>) Mus z jabłek () z/c 30 g 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,srednio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ser topiony 25 g (<u>MLE,</u>) Dżem 10 g Ogórek świeży 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 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>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</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>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 8 g	
Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kotlet z jaj smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pieczarkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 150 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z pora i jabłka z koperkiem (z olejem) 150 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kotlet z jaj-pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Sałatka szwedzka () 150 g (<u>GOR,</u>)
PD	Kasza manna gotowana z jabłkiem prażonym 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kasza manna gotowana z jabłkiem prażonym 150 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>) Pulpet rybno-warzywny gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Pulpet rybno-warzywny gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE,</u>) Pulpet rybno-warzywny gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Pulpet rybno-warzywny gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Szynkowa debowa kiel.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 gotowane 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 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>) 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Mix sałat 10 g	
	Wartość energetyczna: 2594.52 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz: 96.45 g; Kw. tł. nasy.: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 338.23 g; W tym cukry: 91.44 g; Błonnik pok.: 31.16 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2441.38 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 317.21 g; W tym cukry: 79.62 g; Błonnik pok.: 26.17 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2712.13 kcal; Białko ogółem: 120.61 g; Tłuszcz: 106.5 g; Kw. tł. nasy.: 42.81 g; Węglowodany ogółem: 334.37 g; W tym cukry: 67.91 g; Błonnik pok.: 39.13 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2816.65 kcal; Białko ogółem: 118.78 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.4 g; Węglowodany ogółem: 367.73 g; W tym cukry: 96.17 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 9.2 g;	Wartość energetyczna: 521.9 kcal; Białko ogółem: 32.24 g; Tłuszcz: 20.72 g; Kw. tł. nasy.: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 53.33 g; W tym cukry: 33.54 g; Błonnik pok.: 4.19 g; Sól: 5.34 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-20 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SEL,</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem gotowane b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna (45g) 0,5 szt (<u>GLUPSZ, 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 Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem gotowane b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 200 ml (<u>MLE,</u>)	Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 30 g Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Dżem 10 g Mix sałat 10 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 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 gotowany 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 gotowany 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>) Bitka z szynki wieprzowej smażona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron gotowany 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z szynki wieprzowej gotowana 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>) Makaron gotowany 200 g (<u>GLUPSZ,</u>) Puree z dyni gotowanej 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z szynki wieprzowej gotowana 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z szynki wieprzowej gotowana 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron gotowany 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLUPSZ,</u>) Puree z dyni gotowane 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Kalaftor gotowany* 150 g
	PD	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>) Sachary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>) Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Sałata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Sałata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa z/c 200 ml	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Sałata 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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Sałata 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 topiony 25 g (<u>MLE,</u>) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 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>) 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: 2481.78 kcal ; Białko ogółem: 112.1 g; Tłuszcz: 99.34 g; Kw. tł. nasy.: 40.1 g; Węglowodany ogółem: 294.06 g; W tym cukry: 54.24 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 6.1 g;	Wartość energetyczna: 2559.52 kcal ; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; W tym cukry: 90.75 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2700.35 kcal; Białko ogółem: 126.64 g; Tłuszcz: 107.37 g; Kw. tł. nasy.: 46.32 g; Węglowodany ogółem: 309.89 g; W tym cukry: 44.49 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sól: 8.2 g;	Wartość energetyczna: 2953.17 kcal; Białko ogółem: 123.58 g; Tłuszcz: 101.54 g; Kw. tł. nasy.: 46.65 g; Węglowodany ogółem: 388.19 g; W tym cukry: 131.96 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 516.53 kcal; Białko ogółem: 34.09 g; Tłuszcz: 20.93 g; Kw. tł. nasy.: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 51.07 g; W tym cukry: 32.32 g; Błonnik pok.: 5.41 g; Sól: 3.22 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-21 środa	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, LUB,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Kiełbaski śląskie z kurcząt gotowane 80 g Musztarda 10 g (<u>GOR,</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Miód (25g) 1 szt	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>) 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 JECZ,</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>) 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 JECZ,</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>) 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 JECZ,</u>)	Poędwica 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 gotowane 100 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
		II ŚN		Herbata rumiankowa ekspresowa b/c 200 ml Owsianka gotowana z jabłkami b/c 200 g (<u>MLE, GLU OW,</u>)	Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml Owsianka gotowana z jabłkami 200 g (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
2024-08-21 środa	Obiad	Zupa krem z soczewicy i ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kotlet mielony drobiowy smażony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem () 150 g (<u>MLE, SOZ,</u>) Kompot z jabłek z/c 200 ml	Gryskowa () 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 młode z koperkiem gotowane 200 g Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z jabłek z/c 200 ml	Zupa krem z soczewicy i ziemniakami () 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 młode z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c () 150 g (<u>MLE, SOZ,</u>) Kompot z jabłek b/c 200 ml	Gryskowa () 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 młode z koperkiem gotowane 200 g Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot z jabłek z/c 200 ml	Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g
		PD	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
2024-08-21 środa	Kolejka	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>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Szpinak baby 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Szpinak baby 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Szpinak baby 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>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Szpinak baby 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Papryka świeża 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 100 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
		PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) 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>) Sałata zielona 8 g	
	Wartość energetyczna: 2920.28 kcal ; Białko ogółem: 122.09 g; Tłuszcz: 109.48 g; Kw. tł. nasy.: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; W tym cukry: 82.51 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2124.62 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 15.85 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 2420.04 kcal; Białko ogółem: 118.05 g; Tłuszcz: 74.5 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; Węglowodany ogółem: 331.57 g; W tym cukry: 45.19 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2561.7 kcal; Białko ogółem: 111.7 g; Tłuszcz: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 378.26 g; W tym cukry: 101.29 g; Błonnik pok.: 20.73 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 670.43 kcal; Białko ogółem: 32.66 g; Tłuszcz: 25.6 g; Kw. tł. nasy.: 12.74 g; Węglowodany ogółem: 79.51 g; W tym cukry: 37.59 g; Błonnik pok.: 7.11 g; Sól: 2.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowal/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-22 czwartek	Śniadanie	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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem gotowane 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</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 Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem gotowane b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</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 Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 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>) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 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>GLUPSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Leczo z cukini z kielbasą duszone 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ryż gotowany na sypko 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Leczo z drobiem gotowane -dieta () 150 g Ryż gotowany na sypko 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem gotowane -dieta () 150 g Ryż gotowany na sypko (brązowy) 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Leczo z drobiem gotowane -dieta () 150 g Ryż gotowany na sypko 200 g Salata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (<u>SEL.</u>)
	PD	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Arbuz 100 g	Arbuz 100 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Arbuz 100 g Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Arbuz 100 g	
	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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa z olejem 50 g (<u>SEL.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa z olejem 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa z olejem 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa z olejem 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową,wędzona,parzona 30 g Ser topiony 25 g (<u>MLE.</u>) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pasta z brokuła gotowanego 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</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 gotowanego 30 g	
		Wartość energetyczna: 2268.64 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 330.06 g; W tym cukry: 88.96 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 2126.77 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 305.33 g; W tym cukry: 71.36 g; Błonnik pok.: 16.75 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 2415.19 kcal; Białko ogółem: 104.99 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 339.46 g; W tym cukry: 55.7 g; Błonnik pok.: 37.15 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 2598.46 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 74.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 379.51 g; W tym cukry: 102 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 7.29 g;	Wartość energetyczna: 739.11 kcal; Białko ogółem: 31.98 g; Tłuszcz: 34.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 80.7 g; W tym cukry: 35.7 g; Błonnik pok.: 11.11 g; Sól: 3.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-23 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne gotowane 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>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Roszponka 10 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Płatki pszenne gotowane 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>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Roszponka 10 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>) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki pszenne gotowane 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>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Roszponka 10 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 topiony 25 g (<u>MLE</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 100 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
		II ŚN		Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) gotowany na parze 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda z cytryną 200 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) gotowany na parze 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) gotowany na parze 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 młode z koperkiem gotowane 200 g Woda z cytryną 200 ml	Fasolka szparagowa gotowana z bulką tartą i z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>)
	PD	Budyń gotowany o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pasta z kalafiora gotowanego z natką pietruszki 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem gotowane 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z kalafiora gotowanego z natką pietruszki 30 g Mleko gotowane 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z kalafiora gotowanego z natką pietruszki 30 g Kakao z mlekiem gotowane 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pasta z kalafiora gotowanego z natką pietruszki 30 g Mleko gotowane 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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 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: 2700.58 kcal; Białko ogółem: 125.87 g; Tłuszcz: 91.2 g; Kw. tł. nasy.: 36.72 g; Węglowodany ogółem: 351.35 g; W tym cukry: 80.15 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 2632.78 kcal; Białko ogółem: 123.59 g; Tłuszcz: 90.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; W tym cukry: 55.51 g; Błonnik pok.: 15.09 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2347.91 kcal; Białko ogółem: 120.32 g; Tłuszcz: 83.12 g; Kw. tł. nasy.: 39.08 g; Węglowodany ogółem: 292.13 g; W tym cukry: 62.93 g; Błonnik pok.: 29.59 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 637.69 kcal; Białko ogółem: 32.34 g; Tłuszcz: 24.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; Węglowodany ogółem: 73.9 g; W tym cukry: 29.16 g; Błonnik pok.: 5.72 g; Sól: 3.3 g;	Wartość energetyczna: 1422.43 kcal; Białko ogółem: 67.96 g; Tłuszcz: 48.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 180.48 g; W tym cukry: 44.05 g; Błonnik pok.: 8.72 g; Sól: 3.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowal/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-24- sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, 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-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona - gotowane 80 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem gotowane 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>) Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 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>) Pomidor 30 g Kakao z mlekiem gotowane 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>) Szpinak baby 20 g Dżem 25 g 1 szt Mleko gotowane 200 ml (<u>MLE,</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona. z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek świeży 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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Banana 1 szt. 1 szt	
2024-08-24- sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Gulasz wołowy gotowany 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ,</u>) Kalańfort gotowany* 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wołowy gotowany 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna gotowana na 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	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Gulasz wołowy gotowany 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ,</u>) Kalańfort gotowany* 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 Jabłko 1 szt 1 szt	Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE,</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ,</u>)
2024-08-24- sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb pszenny 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>) Rzodkiewka 30 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>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany 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>) Rzodkiewka 30 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany 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 topiony 25 g (<u>MLE,</u>) Dżem 10 g Pomidor b/skórki 30 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 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>) Cykorcia 10 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>) Cykorcia 10 g	
		Wartość energetyczna: 2665.72 kcal ; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 102.42 g; Kw. tł. nasy.: 43.33 g; Węglowodany ogółem: 336.35 g; W tym cukry: 91.43 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 9.1 g;	Wartość energetyczna: 2331.2 kcal; Białko ogółem: 116.16 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; Węglowodany ogółem: 316.07 g; W tym cukry: 75.26 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 2671.23 kcal; Białko ogółem: 135.35 g; Tłuszcz: 89.62 g; Kw. tł. nasy.: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 347.34 g; W tym cukry: 60.31 g; Błonnik pok.: 39.98 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2913.73 kcal; Białko ogółem: 134.33 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kw. tł. nasy.: 41.6 g; Węglowodany ogółem: 411.44 g; W tym cukry: 129.27 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 8.4 g;	Wartość energetyczna: 551.87 kcal; Białko ogółem: 30.46 g; Tłuszcz: 20.86 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 61.55 g; W tym cukry: 26.69 g; Błonnik pok.: 1.86 g; Sól: 2.37 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-25 niedziela	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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB</u>) Ogórek świeży 30 g Miód (25g) 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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB</u>) Ogórek świeży 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>) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Ser topiony 25 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Dżem 10 g Pomidor 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 100 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
	II ŚN			Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 30 g		
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda z miętą 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany* 100 g Dyńka duszona z olejem 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda z miętą 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda z miętą 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Dyńka duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda z miętą 200 ml	
	PD	Banan 1szt. 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>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 10 g	Arbuz 100 g 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>)	Banan 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Płatki kukurydziane 10 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 30 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem gotowane 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g Mleko gotowane 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem gotowane b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 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 Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 30 g Mleko gotowane 200 ml (<u>MLE</u>)	Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 100 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
PN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z kalafiora gotowanego 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 (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z kalafiora gotowanego z natką pietruszki 30 g		
	Wartość energetyczna: 2409.15 kcal ; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 78.11 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; W tym cukry: 98.94 g; Błonnik pok.: 26.49 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 2372.71 kcal ; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; W tym cukry: 94.22 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sól: 7.12 g;	Wartość energetyczna: 2463.27 kcal; Białko ogółem: 139.93 g; Tłuszcz: 97.99 g; Kw. tł. nasy.: 47.02 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; W tym cukry: 53.32 g; Błonnik pok.: 33 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2769.13 kcal; Białko ogółem: 139.04 g; Tłuszcz: 90.63 g; Kw. tł. nasy.: 42.82 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; W tym cukry: 111.11 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 554.23 kcal; Białko ogółem: 30.24 g; Tłuszcz: 21.67 g; Kw. tł. nasy.: 11.77 g; Węglowodany ogółem: 59.8 g; W tym cukry: 25.62 g; Błonnik pok.: 1.81 g; Sól: 2.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-17 do dnia 2024-08-26 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek do diet	
2024-08-26 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb pszenny 40 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa b/c 200 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mix sałat 10 g Dżem 25 g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 30 g Płatki kukurydziane 10 g Mleko gotowane 100 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 100 ml
		II ŚN		Herbata melisa ekspresowa b/c 200 ml Serek homo naturalny 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 gotowane 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 gotowane 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 gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż gotowany 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 gotowany na sypko 200 g Pulpet wieprzowy gotowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</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 Kubaś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Sok przecierowy Kubaś 0,3L 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Frankfurterki gotowane 80 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 30 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Cykoria 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	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>) Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Ogórek świeży 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Cykoria 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser topiony 25 g (<u>MLE,</u>) Dżem 10 g Sałata zielona 8 g Płatki czekoladowe 10 g Mleko gotowane 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</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: 2592.15 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 100.72 g; Kw. tł. nasy.: 41.38 g; Węglowodany ogółem: 337.23 g; W tym cukry: 113.79 g; Błonnik pok.: 26.6 g; Sól: 7.9 g;	Wartość energetyczna: 2195.11 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 62.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 324.29 g; W tym cukry: 103.51 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2678.35 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 99.95 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 338.9 g; W tym cukry: 38.3 g; Błonnik pok.: 42.95 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2957.96 kcal; Białko ogółem: 122.6 g; Tłuszcz: 83.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 435.93 g; W tym cukry: 116.86 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 588.17 kcal; Białko ogółem: 32.61 g; Tłuszcz: 21.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 68.13 g; W tym cukry: 29.42 g; Błonnik pok.: 5.34 g; Sól: 2.48 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,