

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidorowy twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidorowy twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	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 z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidorowy twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidorowy twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml
		II ŚN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb pszenny żytnio-pszenny 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Mix salat 8 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński # -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński # -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński # -dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 200 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, 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>) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 50 g (<u>SEL.</u>) Frankfurterki 80 g (<u>SOJ.</u>) Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Powidla śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>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 ciecierzycy z warzywami () 50 g (<u>SEL.</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>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)
	PN		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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z marchewki () 30 g	
		Wartość energetyczna: 2733.02 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 109.14 g; Węglowodany ogółem: 348.23 g;	Wartość energetyczna: 2347.59 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 77.25 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g;	Wartość energetyczna: 2427.93 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 84.81 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g;	Wartość energetyczna: 2799.48 kcal; Białko ogółem: 130.28 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 363.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa			
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 1 szt Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Mandarynka 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)		
		II SN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Słupki z marchewki 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
			Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Ziemniaki puree z koperkiem () 200 g Woda z mięta 200 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki puree z koperkiem () 200 g Woda z mięta 200 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 100 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z mięta 200 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki puree z koperkiem () 200 g Woda z mięta 200 ml
				PD	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE</u>) Chrupki kukurydziane 20 g
Kolecja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 50 g (<u>JAJ, GOR</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Mix sałat 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Mix sałat 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Mix sałat 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Mix sałat 8 g Herbata rumiankowa ekspresowa z/c 200 ml			
	PN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurczak 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 30 g			
	Wartość energetyczna: 2637.20 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 91.70 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g;	Wartość energetyczna: 2439.68 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 73.63 g; Węglowodany ogółem: 342.61 g;	Wartość energetyczna: 2490.67 kcal; Białko ogółem: 123.18 g; Tłuszcz: 91.94 g; Węglowodany ogółem: 306.64 g;	Wartość energetyczna: 3135.52 kcal; Białko ogółem: 150.21 g; Tłuszcz: 93.93 g; Węglowodany ogółem: 430.60 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Rzodkiew biała 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Rzodkiew biała 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)
		II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Cykorcia 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Cykorcia 20 g
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca indyka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z syropem o smaku malinowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym 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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Twarożek z ziołami 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Rukola 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Rukola 8 g	
	Wartość energetyczna: 2512.14 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 94.17 g; Węglowodany ogółem: 317.61 g;	Wartość energetyczna: 2297.85 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 73.88 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g;	Wartość energetyczna: 2433.92 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 87.68 g; Węglowodany ogółem: 307.65 g;	Wartość energetyczna: 2788.07 kcal; Białko ogółem: 138.30 g; Tłuszcz: 91.60 g; Węglowodany ogółem: 359.29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Slupki z marchewki 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Mix salat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Slupki z marchewki 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Mix salat 8 g Miód (25g) 1 szt Bawarka z/c 200 ml (<u>MLE</u>)
	II ŚN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ</u>) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia z wody 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z miętą 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab gotowany 100 g Dyńia z wody 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z miętą 200 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Powidla śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb 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 Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)	
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>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</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: 2595.64 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 86.81 g; Węglowodany ogółem: 345.31 g;	Wartość energetyczna: 2318.94 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 70.11 g; Węglowodany ogółem: 295.79 g;	Wartość energetyczna: 2406.19 kcal; Białko ogółem: 136.64 g; Tłuszcz: 79.77 g; Węglowodany ogółem: 296.68 g;	Wartość energetyczna: 2895.72 kcal; Białko ogółem: 149.36 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 387.04 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa			
2024-03-04 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Cykoria 20 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 śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Cykoria 20 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 śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Cykoria 20 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 śniadaniowy naturalny 80g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Cykoria 20 g Miód (25g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)		
		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>) Salatka jarzynowa - dieta z szynką () 50 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata 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>) Salatka jarzynowa - dieta z szynką () 50 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 8 g		
			Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi () 150 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 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>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 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>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi b/c () 150 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml
				PD	Galaretka o smaku pomarańczowym z truskawkami 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z truskawkami b/c 150 ml	Galaretka o smaku pomarańczowym z truskawkami 150 g
			Kolaża	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (<u>RYB, MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 100 g (<u>RYB, MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 100 g (<u>RYB, MLE.</u>) Papryka świeża 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 100 g (<u>RYB, MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 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>) Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 10 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Mix salat 10 g
					Wartość energetyczna: 2270.95 kcal; Białko ogółem: 79.35 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 325.14 g;	Wartość energetyczna: 2128.91 kcal; Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 72.16 g; Węglowodany ogółem: 296.77 g;	Wartość energetyczna: 2225.25 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 83.97 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-03-05 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowy z kurzej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1 szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Puree z dynii* 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron pełnoziarnisty 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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Puree z dynii* 150 g Woda z pomarańczą 200 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 8 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata zielona ekspresowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 8 g Herbata zielona ekspresowa z/c 200 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: 2405.91 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 315.77 g;	Wartość energetyczna: 2483.65 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 80.69 g; Węglowodany ogółem: 343.62 g;	Wartość energetyczna: 2468.10 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 92.39 g; Węglowodany ogółem: 309.23 g;	Wartość energetyczna: 2925.82 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 89.70 g; Węglowodany ogółem: 422.43 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-03-06 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt (<u>MLE.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotcka 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 JE CZ.</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>) Poledwica Sopotcka 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 JE CZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopotcka 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 JE CZ.</u>)
	II SN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 30 g	
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Cwikła z chrzanem () 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot z aronii* z/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii* z/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Cwikła z chrzanem b/c () 150 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Buraczki oprószane () 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii* z/c 200 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 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>) Fasolka po bretońsku 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cykorcia 20 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser mozzarella 35 g (<u>MLE.</u>) Cykorcia 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml
	PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 8 g	
		Wartość energetyczna: 2600.51 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 86.72 g; Węglowodany ogółem: 381.00 g;	Wartość energetyczna: 2195.17 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 59.96 g; Węglowodany ogółem: 323.06 g;	Wartość energetyczna: 2315.75 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 77.39 g; Węglowodany ogółem: 313.35 g;	Wartość energetyczna: 2586.68 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 76.02 g; Węglowodany ogółem: 373.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-03-07 czwartek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Słupki z warzyw () 30 g Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> <u>MLE,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pasta warzywna () 30 g (<u>SEL,</u>) Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ,</u> <u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Słupki z warzyw () 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> <u>MLE,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE,</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30 g Pasta warzywna () 30 g (<u>SEL,</u>) Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>)
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko 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>) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 250 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 250 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 250 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 250 g (<u>SEL,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml
	PD	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Mandarynka 1 szt	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Salatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pasta z brokuła * 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Pasta z brokuła * 30 g
	Wartość energetyczna: 2347.73 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 81.67 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g;	Wartość energetyczna: 2422.43 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 344.46 g;	Wartość energetyczna: 2564.38 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 89.87 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g;	Wartość energetyczna: 2919.12 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 92.48 g; Węglowodany ogółem: 424.88 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-03-08 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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>) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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>) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Chleb,razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE</u>) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidorki koktajlowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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>) Pomidorki koktajlowe 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml
		II ŚN		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Koktajl truskawkowy* 200 ml (<u>MLE</u>)
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml
		PD	Gruszka w sosie wanilinowym 150 g (<u>MLE</u>)	Jabłko w sosie wanilinowym 150 g (<u>MLE</u>)	Gruszka w sosie wanilinowym b/c 150 g (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 50 g (<u>JAJ, GOR</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g Roszponka 10 g Powidła śliwkowe 25 g Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Roszponka 10 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb,razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 50 g (<u>JAJ, GOR</u>) Roszponka 10 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g Roszponka 10 g Mleko 200 ml (<u>MLE</u>)
		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>) Salata 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>) Salata zielona 8 g
	Wartość energetyczna: 2763.76 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 96.88 g; Węglowodany ogółem: 374.95 g;	Wartość energetyczna: 2488.06 kcal; Białko ogółem: 117.37 g; Tłuszcz: 81.19 g; Węglowodany ogółem: 326.60 g;	Wartość energetyczna: 2474.30 kcal; Białko ogółem: 119.26 g; Tłuszcz: 85.91 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g;	Wartość energetyczna: 2876.33 kcal; Białko ogółem: 132.60 g; Tłuszcz: 90.81 g; Węglowodany ogółem: 386.62 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-29 do dnia 2024-03-09 KUCHNIA BYDGOSZCZ

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	
2024-03-09 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb pszenny 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Dżem 25 g 1 szt Kakao z mlekiem 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Dżem 25 g 1 szt Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb mieszany żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 200 ml Buraczki gotowane () 100 g	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</u>)	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ.</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb pszenny 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek na słodko 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 50 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	
PN		Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml Chleb mieszany żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 30 g		
	Wartość energetyczna: 2891.93 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 109.16 g; Węglowodany ogółem: 378.18 g;	Wartość energetyczna: 2446.55 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 344.00 g;	Wartość energetyczna: 2767.16 kcal; Białko ogółem: 137.72 g; Tłuszcz: 92.23 g; Węglowodany ogółem: 365.11 g;	Wartość energetyczna: 3031.28 kcal; Białko ogółem: 134.73 g; Tłuszcz: 89.98 g; Węglowodany ogółem: 439.98 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,