

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-03-30 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu i ryby got. (łosos) z koperkiem 60g ( <u>RYB, MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu i ryby got. (łosos) z koperkiem 60g ( <u>RYB, MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu i ryby got. (łosos) z koperkiem 60g ( <u>RYB, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu i ryby got. (łosos) z koperkiem 60g ( <u>RYB, MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu i ryby got. (łosos) z koperkiem 60g ( <u>RYB, MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Brokułowa z ryżem* 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka 200 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Brokułowa z ryżem* 300 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka 200 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Surówka z selera i jabłka 200 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Podplomyki b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		Jabłko 1 szt 1 szt Wafel Grzesiek 26g 1 szt ( <u>GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ,</u> )	Podplomyki b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE,</u> )		
		Wartość energetyczna: 2043.62 kcal; Białko ogółem: 76.57 g; Tłuszcz: 58.32 g; Węglowodany ogółem: 321.90 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2168.60 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 61.12 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2873.03 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 92.06 g; Węglowodany ogółem: 449.77 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 10.22 g;	Wartość energetyczna: 2061.55 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 59.57 g; Węglowodany ogółem: 323.92 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 6.90 g;	Wartość energetyczna: 1301.45 kcal; Białko ogółem: 55.52 g; Tłuszcz: 47.14 g; Węglowodany ogółem: 183.18 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 4.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Solferino z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Dyńa z wody z ziołami 200 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> )		
		Wartość energetyczna: 2275.03 kcal; Białko ogółem: 93.93 g; Tłuszcz: 63.37 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; Błonnik pok.: 24.79 g; Sól: 8.68 g;	Wartość energetyczna: 2204.91 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 51.95 g; Węglowodany ogółem: 348.28 g; Błonnik pok.: 21.36 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 3215.95 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 97.88 g; Węglowodany ogółem: 497.62 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 11.97 g;	Wartość energetyczna: 2278.99 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 63.27 g; Węglowodany ogółem: 352.74 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 1502.59 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 48.68 g; Węglowodany ogółem: 208.88 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 6.82 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-01 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 60 g Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 60 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Filet zapiekany drobiowy 25 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidor 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidor 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Hummus 30 g ( <u>SEZ.</u> )			
	Wartość energetyczna: 2161.82 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 60.17 g; Węglowodany ogółem: 340.67 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2060.90 kcal; Białko ogółem: 77.50 g; Tłuszcz: 47.50 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 3292.61 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 96.41 g; Węglowodany ogółem: 503.53 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 11.14 g;	Wartość energetyczna: 2106.21 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 59.62 g; Węglowodany ogółem: 330.43 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 1239.40 kcal; Białko ogółem: 60.59 g; Tłuszcz: 38.52 g; Węglowodany ogółem: 179.94 g; Błonnik pok.: 22.30 g; Sól: 4.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-02 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 200 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 200 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 200 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera drobno tarta 200 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Herbatniki 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> )	Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE.</u> <u>może zawierać: RYB.</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u> )		
		Wartość energetyczna: 2130.51 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 52.22 g; Węglowodany ogółem: 344.92 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2176.49 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 55.02 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 3140.25 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 89.46 g; Węglowodany ogółem: 505.50 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2173.41 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 54.38 g; Węglowodany ogółem: 342.04 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1468.88 kcal; Białko ogółem: 71.33 g; Tłuszcz: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 202.82 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 4.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 25 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Szpinak gotowany z olejem*. 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Ciastka zbożowe z kakao i kawalkami czekolady 25g 1 szt ( <b>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ,</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2238.76 kcal; Białko ogółem: 78.09 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; Błonnik pok.: 23.57 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2379.95 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 367.59 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 4.19 g;	Wartość energetyczna: 3189.64 kcal; Białko ogółem: 93.98 g; Tłuszcz: 107.37 g; Węglowodany ogółem: 485.13 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2380.68 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 71.46 g; Węglowodany ogółem: 366.35 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 1500.02 kcal; Białko ogółem: 63.15 g; Tłuszcz: 65.83 g; Węglowodany ogółem: 180.62 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sól: 4.03 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy* 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 35 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 35 g	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Selerowa z ziemniakami* 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Mus z truskawek* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mus z truskawek* b/c 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Wafel Grzesiek 26g 1 szt ( <u>GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.</u> )	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g		
	Wartość energetyczna: 2097.64 kcal; Białko ogółem: 75.18 g; Tłuszcz: 60.95 g; Węglowodany ogółem: 328.04 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 3.98 g;	Wartość energetyczna: 1912.85 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 46.36 g; Węglowodany ogółem: 310.25 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sól: 2.85 g;	Wartość energetyczna: 2873.33 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 92.74 g; Węglowodany ogółem: 446.99 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 1917.11 kcal; Białko ogółem: 66.16 g; Tłuszcz: 51.87 g; Węglowodany ogółem: 309.64 g; Błonnik pok.: 19.91 g; Sól: 3.92 g;	Wartość energetyczna: 1335.33 kcal; Białko ogółem: 57.73 g; Tłuszcz: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 186.83 g; Błonnik pok.: 23.80 g; Sól: 2.29 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml			
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 0,5 [Por] x 210 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Babka piaskowa 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Mandarynka 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )		
	Wartość energetyczna: 2423.23 kcal; Białko ogółem: 114.12 g; Tłuszcz: 93.54 g; Węglowodany ogółem: 301.11 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2437.94 kcal; Białko ogółem: 117.42 g; Tłuszcz: 93.74 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; Błonnik pok.: 17.35 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 3254.91 kcal; Białko ogółem: 124.98 g; Tłuszcz: 127.96 g; Węglowodany ogółem: 424.81 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 11.54 g;	Wartość energetyczna: 2409.77 kcal; Białko ogółem: 120.53 g; Tłuszcz: 95.38 g; Węglowodany ogółem: 283.61 g; Błonnik pok.: 20.08 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 1545.58 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz: 60.73 g; Węglowodany ogółem: 204.16 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 5.50 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> , Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> , Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Papryka świeża 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Papryka świeża 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> , Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ,)		Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,)		Jabłko 1 szt 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,)	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ,)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> , Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> , Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Paszтет drobiowy (50g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,)		
		Wartość energetyczna: 2139.47 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 56.87 g; Węglowodany ogółem: 302.22 g; Błonnik pok.: 24.03 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2029.73 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 43.90 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 3089.53 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 91.85 g; Węglowodany ogółem: 449.29 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 2222.37 kcal; Białko ogółem: 107.82 g; Tłuszcz: 60.03 g; Węglowodany ogółem: 303.94 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 7.17 g;	Wartość energetyczna: 1299.31 kcal; Białko ogółem: 78.46 g; Tłuszcz: 38.20 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sól: 3.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-07 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej 100 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE,</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot z aronii* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 150 g Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot z aronii* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 200 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Kompot z aronii* z/c 250 ml	Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Podplomyki b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )		Podplomyki b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Banan 1szt. 1 szt	Podplomyki b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</b> )		
	Wartość energetyczna: 2316.78 kcal; Białko ogółem: 66.39 g; Tłuszcz: 56.62 g; Węglowodany ogółem: 399.17 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sól: 8.57 g;	Wartość energetyczna: 2209.98 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz: 47.55 g; Węglowodany ogółem: 387.10 g; Błonnik pok.: 15.46 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 3164.77 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz: 81.56 g; Węglowodany ogółem: 554.59 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sól: 11.31 g;	Wartość energetyczna: 2340.37 kcal; Białko ogółem: 74.39 g; Tłuszcz: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 400.26 g; Błonnik pok.: 17.71 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 1512.11 kcal; Białko ogółem: 40.75 g; Tłuszcz: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 255.15 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 5.39 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna	
2026-04-08 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny* 60 g ( <u>RYB</u> , <u>SEL</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>S02</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PD	Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> )	Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Paszтет drobiowy (50g) 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> )		
	Wartość energetyczna: 2324.14 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 73.45 g; Węglowodany ogółem: 348.30 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2397.00 kcal; Białko ogółem: 87.81 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 355.25 g; Błonnik pok.: 17.60 g; Sól: 4.75 g;	Wartość energetyczna: 3260.81 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 110.84 g; Węglowodany ogółem: 476.68 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2325.75 kcal; Białko ogółem: 83.56 g; Tłuszcz: 73.36 g; Węglowodany ogółem: 348.53 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 1538.86 kcal; Białko ogółem: 68.76 g; Tłuszcz: 62.84 g; Węglowodany ogółem: 189.56 g; Błonnik pok.: 19.20 g; Sól: 4.06 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ,) Paszтет z soczewicy * 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml			
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron 150 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Szynka wieprzowa duszona 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ,) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,) Poledwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>może zawierać: GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>może zawierać: RYB</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> ,)		
		Wartość energetyczna: 2368.01 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 65.82 g; Węglowodany ogółem: 362.62 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2204.32 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 57.31 g; Węglowodany ogółem: 353.53 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 3156.53 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 87.89 g; Węglowodany ogółem: 483.78 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2174.32 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 353.68 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1542.01 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 202.38 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 4.54 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2383.87 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz: 77.47 g; Węglowodany ogółem: 349.92 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2178.08 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 335.20 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 3450.39 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 114.46 g; Węglowodany ogółem: 520.10 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2392.27 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 77.38 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 1412.41 kcal; Białko ogółem: 70.29 g; Tłuszcz: 49.39 g; Węglowodany ogółem: 189.68 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 4.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko z kurkumą 150 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na sypko (brązowy) 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Jogurt jagodowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		Jabłko 1 szt 1 szt Wafel Grzesiek 26g 1 szt ( <b>GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.</b> )	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 35 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową- dieta* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL. może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek 30 g ( <b>MLE.</b> )			
		Wartość energetyczna: 2117.64 kcal; Białko ogółem: 67.31 g; Tłuszcz: 62.89 g; Węglowodany ogółem: 338.66 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2079.97 kcal; Białko ogółem: 69.56 g; Tłuszcz: 57.99 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2940.96 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 94.07 g; Węglowodany ogółem: 472.03 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sól: 11.89 g;	Wartość energetyczna: 2195.10 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 338.99 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 1500.73 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 53.00 g; Węglowodany ogółem: 195.69 g; Błonnik pok.: 23.69 g; Sól: 6.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna	
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> ) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u> )	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Serek a'la homogenizowany 60 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml			
	Obiad	Pomidorowa z zacierką* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )		Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u> ) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )			
	Wartość energetyczna: 1977.29 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 66.92 g; Węglowodany ogółem: 272.15 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 1933.31 kcal; Białko ogółem: 90.72 g; Tłuszcz: 54.89 g; Węglowodany ogółem: 282.38 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2920.39 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 103.44 g; Węglowodany ogółem: 417.25 g; Błonnik pok.: 28.67 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 1985.69 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 274.07 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 1384.39 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 45.76 g; Węglowodany ogółem: 189.44 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 4.83 g;	

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU 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,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,