

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-19 do dnia 2024-02-25 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SŚ Podstawowa	CH- SŚ Łatwo strawna	CH- SŚ Cukrzycowa	CH- SŚ- Położnicza podstawowa	CH- SŚ- Położnicza lekkostrawna	CH- SŚ- Położnicza cukrzycowa
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kiwi 1 szt 1 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 50 g (RYB.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 50 g (RYB.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Kiwi 1 szt 1 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 50 g (RYB.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 2 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 50 g (RYB.) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
II ŚN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g
Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 125 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 125 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 125 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 125 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 125 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 250 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 125 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g
PN	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)					
	Wartość energetyczna: 2657.96 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 392.36 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2581.92 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 382.44 g; W tym cukry: 85.41 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2237.34 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 44.12 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2823.12 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 88.97 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; Węglowodany ogółem: 410.02 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 9.82 g;	Wartość energetyczna: 2732.70 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 400.23 g; W tym cukry: 86.05 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2237.34 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 325.07 g; W tym cukry: 44.12 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sól: 7.89 g;