

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 KUCHNIA CHORZÓW

| | CH- SŚ Podstawowa | CH- SŚ Latwo strawna | CH- SŚ Cukrzycowa | CH- SŚ- Położnicza podstawowa | CH- SŚ- Położnicza lekkostrawna | CH- SŚ- Położnicza cukrzycowa |
|-----------|--|--|---|--|--|---|
| Śniadanie | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 50 g Sałatka jarzynowa (*) 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 50 g Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa (*) 50 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 50 g Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 50 g Sałatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) |
| II ŚN | | | Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) | Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) | Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) | Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) |
| Obiad | Ogórkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 125 g (<u>MLE.</u>) Kalafor gotowany* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 125 g (<u>MLE.</u>) Kalafor gotowany* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Ogórkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Ogórkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kalafor gotowany* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 125 g (<u>MLE.</u>) Kalafor gotowany* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Ogórkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 150 g Ziemniaki gotowane () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kalafor gotowany* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml |
| Kolejca | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 50 g Pomidor 50 g | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Rzodkiew biała 50 g Pomidor 50 g Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 50 g Pomidor 50 g | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 50 g Pomidor 100 g | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 50 g Pomidor 50 g |
| PN | Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) | | Pieczyno chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) | | Pieczyno chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) |
| | Wartość energetyczna: 2705.63 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 93.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 362.11 g; W tym cukry: 82.90 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sól: 9.94 g; | Wartość energetyczna: 2430.61 kcal; Białko ogółem: 131.56 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; Węglowodany ogółem: 348.08 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 8.28 g; | Wartość energetyczna: 2339.05 kcal; Białko ogółem: 126.82 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 66.27 g; Błonnik pok.: 38.31 g; Sól: 10.36 g; | Wartość energetyczna: 2839.61 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 99.21 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 376.21 g; W tym cukry: 80.96 g; Błonnik pok.: 36.80 g; Sól: 10.99 g; | Wartość energetyczna: 2586.61 kcal; Białko ogółem: 140.07 g; Tłuszcz: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 366.07 g; W tym cukry: 84.18 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 9.21 g; | Wartość energetyczna: 2322.92 kcal; Białko ogółem: 138.14 g; Tłuszcz: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 306.52 g; W tym cukry: 54.91 g; Błonnik pok.: 37.00 g; Sól: 10.16 g; |