

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-01 do dnia 2024-04-14 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	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 50 g Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) sałatka z brokułem i kukurydzą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) sałatka z brokułem i kukurydzą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) sałatka z brokułem i kukurydzą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 50 g Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) sałatka z brokułem i kukurydzą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 50 g Jabko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) sałatka z brokułem i kukurydzą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) sałatka z brokułem i kukurydzą 50 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)
II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)
2024-04-09 wtorek Obiad	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 125 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 125 g Kalafor gotowany* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 125 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 125 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 125 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 125 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 125 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 90 g Roszponka 10 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Roszponka 10 g Pomidor 90 g	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>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 90 g
PN	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Drożdżówka z serem 80g 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Drożdżówka z serem 80g 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Drożdżówka z serem 80g 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2486.28 kcal; Białko ogółem: 128.06 g; Tłuszcz: 60.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; W tym cukry: 102.58 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2342.56 kcal; Białko ogółem: 124.34 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 354.77 g; W tym cukry: 109.25 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 2320.52 kcal; Białko ogółem: 137.35 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 282.70 g; W tym cukry: 48.49 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2639.48 kcal; Białko ogółem: 135.42 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 391.24 g; W tym cukry: 103.57 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 8.81 g;	Wartość energetyczna: 2648.76 kcal; Białko ogółem: 136.68 g; Tłuszcz: 60.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 402.23 g; W tym cukry: 110.60 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sól: 8.63 g;	Wartość energetyczna: 2320.52 kcal; Białko ogółem: 137.35 g; Tłuszcz: 78.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.16 g; Węglowodany ogółem: 282.70 g; W tym cukry: 48.49 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 8.28 g;