

Jadłospisy za okres od dnia 2024-05-13 do dnia 2024-05-26 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SŚ 1 Podstawowa	CH- SŚ 2 Łatwo strawna	CH- SŚ 6 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgl	CH- SŚ C1 Położnicza Podstawowa	CH- SŚ C2 Położnicza Łatwo strawna	CH- SŚ C3 Położnicza z ogran.łatwo przyswa.węglow	
2024-05-16 czwartek	Sniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Banan 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Banan 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Banan 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Banan 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 50 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )
		II ŚN		Masło extra 82% 2 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )	Masło extra 82% 2 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Masło extra 82% 2 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Masło extra 82% 2 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )
2024-05-16 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 125 g	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 125 g	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 125 g	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet drobiowy panierowany 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 125 g	Ziemniaczana () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 125 g	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 150 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 125 g
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Papryka świeża 50 g Pomidor 50 g Miód (25g) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Papryka świeża 50 g Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Papryka świeża 50 g Pomidor 50 g Miód (25g) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Miód (25g) 2 szt
2024-05-16 czwartek	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )	
		Wartość energetyczna: 2640.38 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 419.27 g; W tym cukry: 117.53 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 2462.98 kcal; Białko ogółem: 117.66 g; Tłuszcz: 44.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 407.52 g; W tym cukry: 115.95 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2139.80 kcal; Białko ogółem: 128.63 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 294.05 g; W tym cukry: 44.96 g; Błonnik pok.: 38.75 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2792.54 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 70.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 442.45 g; W tym cukry: 118.14 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 2595.74 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 48.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 424.99 g; W tym cukry: 116.32 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2258.80 kcal; Białko ogółem: 130.03 g; Tłuszcz: 54.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 322.90 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sól: 8.29 g;