

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
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.) Salatka 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Salatka 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 50g (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.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Salatka 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 50g (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 30 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
2024-05-15 środa Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka wykwintna z olejem b/c 125 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 125 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Fasolka szparagowa z wody* 125 g Surówka wykwintna z olejem b/c 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka wykwintna z olejem b/c 125 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 125 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 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 kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2674.65 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 90.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 381.05 g; W tym cukry: 75.60 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2524.45 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 81.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 361.41 g; W tym cukry: 80.41 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 7.07 g;	Wartość energetyczna: 2221.18 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; W tym cukry: 42.45 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 10.55 g;	Wartość energetyczna: 2839.81 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 96.64 g; Kw. tł. nasy.: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 398.70 g; W tym cukry: 76.05 g; Błonnik pok.: 29.97 g; Sól: 9.95 g;	Wartość energetyczna: 2675.23 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 87.00 g; Kw. tł. nasy.: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 379.19 g; W tym cukry: 81.05 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sól: 8.10 g;	Wartość energetyczna: 2221.18 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 82.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 295.21 g; W tym cukry: 42.45 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sól: 10.55 g;