

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 | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kiwi 1 szt 1 szt Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w oslonce nij 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kiwi 1 szt 1 szt Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 50 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) | Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzony oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w oslonce nij 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Kiwi 1 szt 1 szt Pasta z kalafiora z natką pietruszki 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) |
| II ŚN | | | Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) | Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) | Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) | Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) |
| 2024-05-21 wtorek Obiad | Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 125 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Marchew gotowana z olejem () 125 g Marchew oprószana z olejem () 125 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 125 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 125 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 125 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 125 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 125 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Wielowarzynna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 125 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 125 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml |
| Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Papryka świeża 50 g | Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt | Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Papryka świeża 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Papryka świeża 50 g | Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt | Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (- może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Papryka świeża 50 g |
| PN | Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Miód (25g) 1 szt | | Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g | Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Miód (25g) 1 szt | | Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g |
| | Wartość energetyczna: 2777.74 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 73.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 435.31 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 39.89 g; Sól: 8.80 g; | Wartość energetyczna: 2856.09 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 441.97 g; W tym cukry: 84.61 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 8.96 g; | Wartość energetyczna: 2482.68 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 342.14 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 42.25 g; Sól: 10.00 g; | Wartość energetyczna: 2949.85 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 83.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 452.08 g; W tym cukry: 79.83 g; Błonnik pok.: 40.72 g; Sól: 9.46 g; | Wartość energetyczna: 3039.59 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 460.37 g; W tym cukry: 85.99 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sól: 9.43 g; | Wartość energetyczna: 2482.68 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 342.14 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 42.25 g; Sól: 10.00 g; |