

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SŚ 1 Podstawowa	CH- SŚ 2 Łatwo strawna	CH- SŚ 6 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węgli	CH- SŚ C1 Położnicza Podstawowa	CH- SŚ C2 Położnicza Łatwo strawna	CH- SŚ C3 Położnicza z ograni.łatwo przyswa.węglow
	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt 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>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<b>SOJ, MLE.</b>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<b>MLE.</b>) Salatka wiosenna - diety 100 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<b>SOJ, MLE.</b>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<b>MLE.</b>) Salatka wiosenna - diety 100 g Arbuz 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<b>SOJ, MLE.</b>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<b>MLE.</b>) Salatka wiosenna - diety 100 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt 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 kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<b>MLE.</b>) Salatka wiosenna - diety 100 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<b>MLE.</b>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<b>SOJ, MLE.</b>) Salatka wiosenna - diety 100 g Arbuz 150 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<b>SOJ, MLE.</b>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (<b>MLE.</b>) Salatka wiosenna - diety 100 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<b>MLE.</b>)</p>
			<p>Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 30 g (<b>GLU PSZ.</b>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Kurczak gotowany produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony 30 g Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>
2024-08-21 środa	<p>Grysiwka () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 150 g Sos jarzynowy () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Mizeria 125 g (<b>MLE.</b>) Buraczki gotowane () 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml</p>	<p>Grysiwka () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 150 g Sos jarzynowy () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Buraczki gotowane () 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml</p>	<p>Grysiwka () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 150 g Sos jarzynowy () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Mizeria 125 g (<b>MLE.</b>) Buraczki gotowane () 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml</p>	<p>Grysiwka () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 150 g Sos jarzynowy () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Mizeria 125 g (<b>MLE.</b>) Buraczki gotowane () 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml</p>	<p>Grysiwka () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 150 g Sos jarzynowy () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Buraczki gotowane () 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml</p>	<p>Grysiwka () 350 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 150 g Sos jarzynowy () 80 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Mizeria 125 g (<b>MLE.</b>) Buraczki gotowane () 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml</p>
	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt 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. naturalny 50 g (<b>MLE.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Serek homo. naturalny 50 g (<b>MLE.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Serek homo. naturalny 50 g (<b>MLE.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Serek homo. naturalny 50 g (<b>MLE.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Serek homo. naturalny 50 g (<b>MLE.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>) Serek homo. naturalny 50 g (<b>MLE.</b>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>
	Herbatniki 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Herbatniki 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2394.74 kcal; Białko ogółem: 112.66 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 325.71 g; W tym cukry: 94.50 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2475.96 kcal; Białko ogółem: 111.65 g; Tłuszcz: 81.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 333.17 g; W tym cukry: 111.50 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 2066.11 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 259.12 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2516.52 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 82.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 338.81 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2680.23 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw. tł. nasy.: 34.53 g; Węglowodany ogółem: 362.69 g; W tym cukry: 113.09 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2066.11 kcal; Białko ogółem: 111.60 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 259.12 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sól: 10.17 g;