

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Miod (25g) 2 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Miod (25g) 2 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rukola 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rukola 10 g Jabiko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 90 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Miod (25g) 2 szt Rukola 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Cukier 5g (saszetka) 2 szt Miod (25g) 2 szt Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rukola 10 g Jabiko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rukola 10 g Jabiko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 90 g
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g (SOJ, MLE,)
2025-02-14 piątek Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Pulpet rybny (Łosoś) 150 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 125 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 125 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 150 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 125 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 150 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 125 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 125 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Pulpet rybny (Łosoś) 150 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 125 g (SEL,)	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Pulpet rybny (Łosoś) 150 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 125 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 125 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 125 g (SEL,)	Krupnik jęczmienny () 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 150 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 125 g (SEL,)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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,) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Salata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Papryka świeża 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE,) Twarożek 50 g (MLE,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt
PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2826.23 kcal; Białko ogółem: 110.62 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 419.14 g; W tym cukry: 101.89 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2732.45 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 79.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 405.80 g; W tym cukry: 97.22 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2518.05 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 99.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 303.78 g; W tym cukry: 51.94 g; Błonnik pok.: 40.04 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2976.23 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 91.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 436.71 g; W tym cukry: 101.92 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2888.45 kcal; Białko ogółem: 119.06 g; Tłuszcz: 84.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 423.79 g; W tym cukry: 97.61 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2513.73 kcal; Białko ogółem: 123.49 g; Tłuszcz: 99.37 g; Kw. tł. nasy.: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 303.00 g; W tym cukry: 51.67 g; Błonnik pok.: 39.66 g; Sól: 11.09 g;