

Jadłospisy za okres od dnia 2025-04-14 do dnia 2025-04-27 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 ograni.łatwo przyswa.węglow
2025-04-16 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Paprykarz rybno (łosos)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> Paprykarz rybno (łosos)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Paprykarz rybno (łosos)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Paprykarz rybno (łosos)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Paprykarz rybno (łosos)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Paprykarz rybno (łosos)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Paprykarz rybno (łosos)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,</u> Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u> Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u> Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u> Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u> Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> Kopytka ziemniaczane *. 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u> Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u> Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Surówka z marchwi drobno tarta 125 g (<u>MLE,</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 125 g	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> Kopytka ziemniaczane *. 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u> Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u> Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Surówka z marchwi drobno tarta 125 g (<u>MLE,</u> Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u> Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi drobno tarta 125 g (<u>MLE,</u> Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> Kopytka ziemniaczane *. 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u> Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u> Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Surówka z marchwi drobno tarta 125 g (<u>MLE,</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 125 g	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> Kopytka ziemniaczane *. 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u> Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u> Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Surówka z marchwi drobno tarta 125 g (<u>MLE,</u> Fasolka szparagowa z wody* 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u> Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u> Surówka z marchwi drobno tarta 125 g (<u>MLE,</u> Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 125 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u> Ogórek kiszony 50 g Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u> Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u> Ogórek kiszony 50 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u> Ogórek kiszony 50 g Papryka świeża 50 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u> Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u> Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 55 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u> Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u> Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u> Ogórek kiszony 50 g Papryka świeża 50 g
	PN	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SO2,</u>		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SO2,</u>		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2603.18 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 395.51 g; W tym cukry: 96.11 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2538.43 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 373.41 g; W tym cukry: 94.36 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 1962.46 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 274.94 g; W tym cukry: 48.83 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 10.76 g;	Wartość energetyczna: 2786.81 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 84.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 412.43 g; W tym cukry: 96.46 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2700.29 kcal; Białko ogółem: 102.36 g; Tłuszcz: 84.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.12 g; Węglowodany ogółem: 390.76 g; W tym cukry: 94.94 g; Błonnik pok.: 23.01 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 1962.46 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 274.94 g; W tym cukry: 48.83 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sól: 10.76 g;