

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-12 do dnia 2025-05-25 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.węglów
2025-05-15 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Mandarynka 1 szt Rzodkiew biała 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Rzodkiew biała 50 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Mandarynka 1 szt Rzodkiew biała 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mandarynka 1 szt Rzodkiew biała 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	II ŚN			Masło extra 82% 2 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Masło extra 82% 2 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Masło extra 82% 2 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 2 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)
	Obiad	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 125 g Szpinak gotowany z olejem.* 125 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEĆZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem.* 125 g (GLU PSZ, MLE.) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEĆZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 125 g Szpinak gotowany z olejem.* 125 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Fasolka po bretońsku 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 125 g Szpinak gotowany z olejem.* 125 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEĆZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem.* 125 g (GLU PSZ, MLE.) Cukinia gotowana z pomidorami* 125 g Kompot z aronii* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JEĆZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 125 g Szpinak gotowany z olejem.* 125 g (GLU PSZ, MLE.) Kompot z aronii* 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 50 g Ogórek świeży 50 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Sałata strzępiasta czerwona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Ogórek świeży 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Pomidor 50 g Ogórek świeży 50 g Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Sałata strzępiasta czerwona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE.) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Ogórek świeży 50 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.)	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.)
		Wartość energetyczna: 2634.53 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 96.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 354.66 g; W tym cukry: 90.24 g; Błonnik pok.: 42.96 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2303.00 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; W tym cukry: 96.41 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 7.57 g;	Wartość energetyczna: 2356.71 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 276.23 g; W tym cukry: 39.95 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2796.29 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 103.77 g; Kw. tł. nasy.: 39.50 g; Węglowodany ogółem: 371.86 g; W tym cukry: 90.25 g; Błonnik pok.: 43.95 g; Sól: 11.27 g;	Wartość energetyczna: 2470.76 kcal; Białko ogółem: 106.36 g; Tłuszcz: 82.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 348.77 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2356.71 kcal; Białko ogółem: 109.90 g; Tłuszcz: 102.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 276.23 g; W tym cukry: 39.95 g; Błonnik pok.: 44.85 g; Sól: 8.78 g;