

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

	CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw.węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-08-05 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE ,) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 80 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE ,)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE ,) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE ,)	Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ ,) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE ,) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE ,)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 220 g (GLU PSZ ,) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Szpinak baby z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Makaron 220 g (GLU PSZ ,) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Szpinak baby z olejem 100 g	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 220 g (GLU PSZ ,) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Szpinak baby z olejem 100 g	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Makaron 220 g (GLU PSZ ,) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Szpinak baby z olejem 100 g	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL ,) Makaron 220 g (GLU PSZ ,) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Szpinak baby z olejem 100 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek 50 g (MLE ,)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2215.09 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 317.81 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2124.27 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 312.77 g; W tym cukry: 75.55 g; Błonnik pok.: 18.68 g; Sól: 4.81 g;	Wartość energetyczna: 2065.73 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 68.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 277.41 g; W tym cukry: 48.22 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2133.68 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 27.43 g; Sól: 6.26 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-06 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 35 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)	Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wołowy 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos meksykański z fasolą 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wołowy-dieta 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wołowy 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wołowy 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka wiosenna () b/c 100 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka wiosenna () b/c 100 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka wiosenna - diety 100 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
	PZ		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)
			Wartość energetyczna: 2470.56 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 382.43 g; W tym cukry: 88.76 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2470.35 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 387.31 g; W tym cukry: 91.14 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 1960.89 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 293.78 g; W tym cukry: 39.05 g; Błonnik pok.: 37.68 g; Sól: 7.88 g;	Wartość energetyczna: 2337.76 kcal; Białko ogółem: 102.23 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 362.22 g; W tym cukry: 65.94 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 7.13 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

	CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw.węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-08-07 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Sałata zielona 20 g Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Dżem 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Dżem 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Dżem 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Hummus 50 g (SEŻ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Pulpet drobiowy 80 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałata zielona 10 g Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ) Sałata zielona 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ) Sałata zielona 10 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Ogórek świeży 80 g
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE)
		Wartość energetyczna: 2078.96 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 49.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 339.04 g; W tym cukry: 79.69 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2049.76 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 46.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 334.79 g; W tym cukry: 84.31 g; Błonnik pok.: 19.16 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2047.02 kcal; Białko ogółem: 82.82 g; Tłuszcz: 46.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; Węglowodany ogółem: 334.19 g; W tym cukry: 83.90 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 1828.36 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; W tym cukry: 42.36 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 1969.67 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 48.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; Węglowodany ogółem: 313.48 g; W tym cukry: 54.73 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sól: 6.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw.węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych		
2024-08-08 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Owsianka z jabłkami 300 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g Ser topiony trójkąt 17,5g 2 szt (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Owsianka z jabłkami 300 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Owsianka z jabłkami 300 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt	Owsianka z jabłkami 300 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku z kiełbasą Śląską 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Nektarynka 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2512.08 kcal; Białko ogółem: 75.06 g; Tłuszcz: 52.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 452.11 g; W tym cukry: 124.87 g; Błonnik pok.: 44.53 g; Sól: 10.02 g;	Wartość energetyczna: 2538.43 kcal; Białko ogółem: 96.62 g; Tłuszcz: 59.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.64 g; Węglowodany ogółem: 422.63 g; W tym cukry: 128.77 g; Błonnik pok.: 36.54 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2575.09 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 63.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.38 g; Węglowodany ogółem: 422.50 g; W tym cukry: 128.68 g; Błonnik pok.: 36.50 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2009.39 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 286.67 g; W tym cukry: 43.90 g; Błonnik pok.: 38.30 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2467.99 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; Węglowodany ogółem: 402.91 g; W tym cukry: 109.44 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2467.99 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; Węglowodany ogółem: 402.91 g; W tym cukry: 109.44 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Sól: 7.72 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw.węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-08-09 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna z syropem o smaku malinowym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Twarożek 30 g (MLE.) Arbuz 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna z syropem o smaku malinowym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 50 g Twarożek 30 g (MLE.) Arbuz 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna z syropem o smaku malinowym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Twarożek 30 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Twarożek 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Arbuz 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kasza manna z syropem o smaku malinowym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 50 g Twarożek 30 g (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Arbuz 150 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Roszponka 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Roszponka 10 g Pomidor 90 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2302.54 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 362.76 g; W tym cukry: 121.83 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2388.88 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; W tym cukry: 122.16 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 5.30 g;	Wartość energetyczna: 2511.55 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; Węglowodany ogółem: 398.56 g; W tym cukry: 137.67 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 5.29 g;	Wartość energetyczna: 1931.04 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 260.93 g; W tym cukry: 75.29 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2270.32 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 357.67 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 6.16 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-10 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 100 g (SEL.) Tofu 50 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 100 g Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Tofu 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 100 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () drobno tarta 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 110 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy 110 g (GLU PSZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () drobno tarta 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 35 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 35 g
	PZ	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2517.76 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 93.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 338.10 g; W tym cukry: 88.69 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sól: 11.60 g;	Wartość energetyczna: 1954.99 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 43.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; W tym cukry: 82.08 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 5.75 g;	Wartość energetyczna: 1991.57 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 305.70 g; W tym cukry: 81.98 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 5.74 g;	Wartość energetyczna: 1673.14 kcal; Białko ogółem: 85.32 g; Tłuszcz: 46.70 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 242.95 g; W tym cukry: 45.62 g; Błonnik pok.: 29.45 g; Sól: 7.41 g;	Wartość energetyczna: 1882.26 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 282.93 g; W tym cukry: 56.62 g; Błonnik pok.: 25.36 g; Sól: 6.24 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-11 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Ser żółty 40 g (MLE) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE) Pomidor 100 g
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2521.87 kcal; Białko ogółem: 130.98 g; Tłuszcz: 86.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 317.17 g; W tym cukry: 95.95 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2414.38 kcal; Białko ogółem: 139.08 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 321.57 g; W tym cukry: 100.01 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2450.96 kcal; Białko ogółem: 139.08 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 321.42 g; W tym cukry: 99.91 g; Błonnik pok.: 18.14 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2217.35 kcal; Białko ogółem: 131.39 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 255.31 g; W tym cukry: 66.27 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2355.56 kcal; Białko ogółem: 130.63 g; Tłuszcz: 77.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 295.09 g; W tym cukry: 72.14 g; Błonnik pok.: 21.74 g; Sól: 7.90 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-08-12 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GÓR.) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Pulpet jarski () 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Dip jogurtowo-koperkowy 100 g (MLE.)	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Pulpet jarski () 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Dip jogurtowo-koperkowy 100 g (MLE.)		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet jarski () 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Dip jogurtowo-koperkowy 100 g (MLE.)	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Pulpet jarski () 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Dip jogurtowo-koperkowy 100 g (MLE.)	
	Kolacja	Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)		Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)	Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z pomidora i rukoli 100 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2083.51 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 55.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 318.98 g; W tym cukry: 76.05 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 8.01 g;	Wartość energetyczna: 2014.96 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; W tym cukry: 75.30 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sól: 6.41 g;		Wartość energetyczna: 2270.19 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 64.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 327.38 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 44.58 g; Sól: 9.10 g;	Wartość energetyczna: 1897.00 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 48.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 294.67 g; W tym cukry: 48.41 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 7.77 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw.węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-13 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>)	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza bulgur 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Szprot w oleju 30 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Szprot w oleju 30 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g
	PN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	
		Wartość energetyczna: 2293.00 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 71.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; W tym cukry: 68.92 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2048.32 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 334.88 g; W tym cukry: 80.23 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sól: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2047.50 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 334.70 g; W tym cukry: 80.10 g; Błonnik pok.: 26.29 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2233.64 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 300.17 g; W tym cukry: 50.29 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 1977.45 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 309.01 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sól: 6.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw.węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-08-14 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ryż na mleku/p 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ryż na mleku/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ryż na mleku/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g	Ryż na mleku/p 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g	
	Obiad	Krem z białych warzyw z grzankami-dieta (). 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami-dieta (). 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami-dieta (). 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami-dieta (). 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Sałata zielona z kefirem 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami-dieta (). 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Ser żółty 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)					
		Wartość energetyczna: 2439.68 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 332.48 g; W tym cukry: 75.16 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2386.81 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2386.69 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 342.94 g; W tym cukry: 85.89 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2143.34 kcal; Białko ogółem: 121.24 g; Tłuszcz: 73.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 266.03 g; W tym cukry: 44.00 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2245.05 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; Węglowodany ogółem: 314.72 g; W tym cukry: 58.07 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 9.23 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-15 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt Pomidor 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 35 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z topatki 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 110 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 110 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 20 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 110 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 20 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 220 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 110 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g
	PZ	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Sok jabłkowy 100% 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2275.89 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 68.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 340.84 g; W tym cukry: 92.71 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2313.70 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 369.62 g; W tym cukry: 99.65 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2172.09 kcal; Białko ogółem: 89.17 g; Tłuszcz: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 344.72 g; W tym cukry: 83.05 g; Błonnik pok.: 18.17 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 1880.30 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 265.34 g; W tym cukry: 34.57 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 7.49 g;	Wartość energetyczna: 2066.54 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 311.88 g; W tym cukry: 65.10 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sól: 7.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-16 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Nektarynka 150 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Zacierka na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Nektarynka 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Nektarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Zacierka na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Nektarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Dżem 50 g
	Obiad	Krem z kalafiora* z grzanką 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Surówka z kapusty młodej z olejem () drobno tarta 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z kalafiora* z grzanką 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Krem z kalafiora* z grzanką 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Surówka z kapusty młodej z olejem () drobno tarta 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 40 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna b/c () 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna b/c () 100 g
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2520.15 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 381.22 g; W tym cukry: 95.62 g; Błonnik pok.: 28.75 g; Sól: 5.88 g;	Wartość energetyczna: 2632.88 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 400.95 g; W tym cukry: 105.10 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2538.43 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 394.19 g; W tym cukry: 121.46 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 4.67 g;	Wartość energetyczna: 2113.24 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 279.96 g; W tym cukry: 57.08 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 4.84 g;	Wartość energetyczna: 2426.79 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 358.42 g; W tym cukry: 70.09 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sól: 6.00 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-17 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz., parz w osłonce niejadalnej) 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella kulki 50 g (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2226.86 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 66.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 339.95 g; W tym cukry: 87.61 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2228.09 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 350.62 g; W tym cukry: 90.80 g; Błonnik pok.: 27.85 g; Sól: 6.75 g;	Wartość energetyczna: 2227.44 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 350.47 g; W tym cukry: 90.70 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 1904.21 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 276.85 g; W tym cukry: 53.60 g; Błonnik pok.: 33.33 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2086.33 kcal; Białko ogółem: 82.04 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 322.38 g; W tym cukry: 62.96 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 8.05 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-05 do dnia 2024-08-18 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw.węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-18 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLUŻYT, GLUJECZ.) Kasza manna na ml z kakao 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLUŻYT, GLUJECZ.) Kasza manna na ml z kakao 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLUŻYT, GLUJECZ.) Kasza manna na ml z kakao 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor b/skórki 90 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 90 g	Kasza manna na ml z kakao 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 90 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Sałata zielona z olejem 60 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 220 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2450.49 kcal; Białko ogółem: 102.77 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; W tym cukry: 79.19 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 7.89 g;	Wartość energetyczna: 2272.29 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; W tym cukry: 81.78 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sól: 5.78 g;	Wartość energetyczna: 2226.64 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; Węglowodany ogółem: 323.21 g; W tym cukry: 78.86 g; Błonnik pok.: 17.38 g; Sól: 5.58 g;	Wartość energetyczna: 1802.27 kcal; Białko ogółem: 109.14 g; Tłuszcz: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 251.21 g; W tym cukry: 34.12 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2204.69 kcal; Białko ogółem: 121.94 g; Tłuszcz: 56.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 307.21 g; W tym cukry: 53.27 g; Błonnik pok.: 20.38 g; Sól: 7.07 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,