

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

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zolałkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-19 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata lodowa 10 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałata lodowa 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałata lodowa 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 90 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata lodowa 10 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałata lodowa 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 110 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z pora i jabłka () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta*. 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta*. 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 110 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z pora i jabłka () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 35 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1846.91 kcal; Białko ogółem: 68.01 g; Tłuszcz: 39.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; W tym cukry: 80.73 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2051.56 kcal; Białko ogółem: 88.33 g; Tłuszcz: 49.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 328.48 g; W tym cukry: 91.57 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 7.46 g;	Wartość energetyczna: 2097.75 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 338.86 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 7.58 g;	Wartość energetyczna: 1562.13 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 41.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 238.30 g; W tym cukry: 51.28 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 1778.06 kcal; Białko ogółem: 74.63 g; Tłuszcz: 39.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 296.01 g; W tym cukry: 55.20 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 8.14 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-08-20 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczone 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 90 g Rozspanka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u>) Pomidor 90 g Rozspanka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Rozspanka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 90 g Rozspanka 10 g Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 90 g Rozspanka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Gulasz wołowy 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Gulasz wołowy-dieta 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem i ziołami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Solferino z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane () 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Gulasz wołowy 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	
	PN		Banan 1szt. 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
			Wartość energetyczna: 2496.64 kcal; Białko ogółem: 100.93 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; Węglowodany ogółem: 399.26 g; W tym cukry: 99.81 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2522.40 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 413.71 g; W tym cukry: 109.97 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2521.01 kcal; Białko ogółem: 106.20 g; Tłuszcz: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; Węglowodany ogółem: 413.39 g; W tym cukry: 109.75 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 1936.10 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 56.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 277.85 g; W tym cukry: 32.23 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sól: 6.04 g;	Wartość energetyczna: 2322.61 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 55.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 375.62 g; W tym cukry: 76.57 g; Błonnik pok.: 33.23 g; Sól: 7.64 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-08-21 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka wiosenna () b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salatka wiosenna - diety 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 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. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna - diety 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 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. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna () b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka budyniowa z bananem i borówką z posypką chia 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna () b/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ćwikła z chrzanem () 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ćwikła z chrzanem b/c () 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ćwikła z chrzanem b/c () 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ćwikła z chrzanem () 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Ciasto marchewkowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Ciasto marchewkowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2405.53 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 381.15 g; W tym cukry: 114.50 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2329.15 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 381.41 g; W tym cukry: 113.12 g; Błonnik pok.: 23.91 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2424.71 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.71 g; Węglowodany ogółem: 387.71 g; W tym cukry: 118.08 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sól: 6.22 g;	Wartość energetyczna: 1726.70 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 41.99 g; Kw. tł. nasy.: 13.95 g; Węglowodany ogółem: 254.32 g; W tym cukry: 58.95 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sól: 6.36 g;	Wartość energetyczna: 2216.29 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 358.83 g; W tym cukry: 88.97 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sól: 7.89 g;	

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

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zoławkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-22 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Piers gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z cukini z kielbasą 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Salata zielona z sosem vinegrett 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 150 g Ryż na sypko 200 g Salata zielona z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z drobiem-dieta () 150 g Salata zielona z sosem vinegrett 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 150 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Salata zielona z sosem vinegrett 100 g (<u>GOR,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g
	PN		Banan 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 77.42 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 390.23 g; W tym cukry: 102.64 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sól: 8.27 g;	Wartość energetyczna: 2392.31 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 12.26 g; Węglowodany ogółem: 401.62 g; W tym cukry: 101.94 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2390.93 kcal; Białko ogółem: 88.97 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 12.26 g; Węglowodany ogółem: 401.31 g; W tym cukry: 101.72 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 1797.10 kcal; Białko ogółem: 77.03 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; Węglowodany ogółem: 273.57 g; W tym cukry: 47.04 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2202.80 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 12.16 g; Węglowodany ogółem: 370.85 g; W tym cukry: 76.47 g; Błonnik pok.: 33.04 g; Sól: 7.73 g;

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

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zołądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-23, piątek	Śniadanie	Kakao/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Sliwka szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kakao/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kakao/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Polędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobiony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sliwka szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobiony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sliwka szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 40 g Rukola 10 g Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 40 g Rukola 10 g Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 40 g Rukola 10 g Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 40 g Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 40 g Pasta warzywna () 80 g (<u>SEL.</u>)
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)			Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2225.83 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 59.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.01 g; Węglowodany ogółem: 345.40 g; W tym cukry: 112.98 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2276.37 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; Węglowodany ogółem: 351.77 g; W tym cukry: 112.86 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 6.19 g;	Wartość energetyczna: 2257.58 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 58.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 352.88 g; W tym cukry: 112.37 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 1873.46 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 239.21 g; W tym cukry: 46.43 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2059.18 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 63.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; Węglowodany ogółem: 287.60 g; W tym cukry: 65.59 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 8.31 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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
2024-08-24 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 40 g (<u>SOJ</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na mleku/p 250 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 110 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	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. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2294.07 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 361.74 g; W tym cukry: 83.06 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 7.78 g;	Wartość energetyczna: 2217.16 kcal; Białko ogółem: 98.07 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 353.41 g; W tym cukry: 86.35 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2216.51 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 353.26 g; W tym cukry: 86.25 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 1916.69 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 273.94 g; W tym cukry: 51.52 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2163.60 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; Węglowodany ogółem: 336.36 g; W tym cukry: 56.22 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.36 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-08-25 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Papryka świeża 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 70 g Salata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Owsianka z jabłkami 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Papryka świeża 70 g Salata zielona 10 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Dynamis duszona z olejem i ziołami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek ze słonecznikiem 50 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek ze słonecznikiem 50 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Twarożek ze słonecznikiem 50 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2448.71 kcal; Białko ogółem: 127.54 g; Tłuszcz: 83.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 311.63 g; W tym cukry: 90.44 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 6.76 g;	Wartość energetyczna: 2324.80 kcal; Białko ogółem: 133.33 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 304.55 g; W tym cukry: 83.03 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2471.16 kcal; Białko ogółem: 140.76 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.69 g; Węglowodany ogółem: 319.68 g; W tym cukry: 87.40 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 5.34 g;	Wartość energetyczna: 2177.12 kcal; Białko ogółem: 134.94 g; Tłuszcz: 81.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 240.78 g; W tym cukry: 47.88 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2211.85 kcal; Białko ogółem: 128.69 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 278.77 g; W tym cukry: 56.63 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 7.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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
2024-08-26 poniedziałek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Salata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Kawa zbożowa z mlekem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella kulki 40 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Salata zielona 20 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym b/c 100 ml (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix salat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Mix salat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Mix salat 10 g	Pomidor 90 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Mix salat 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Mix salat 10 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2328.01 kcal; Białko ogółem: 83.01 g; Tłuszcz: 48.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 403.62 g; W tym cukry: 139.81 g; Błonnik pok.: 28.14 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2285.84 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 37.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 414.27 g; W tym cukry: 142.84 g; Błonnik pok.: 19.25 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2284.45 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz: 37.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 413.95 g; W tym cukry: 142.62 g; Błonnik pok.: 19.18 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 1851.95 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 51.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 279.37 g; W tym cukry: 51.40 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2086.97 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 38.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 365.75 g; W tym cukry: 78.99 g; Błonnik pok.: 29.42 g; Sól: 7.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-08-27 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 10 g Nektarynka 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 10 g Nektarynka 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 10 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Nektarynka 1 szt 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (haga) 2 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Salata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Nektarynka 1 szt 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 220 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna b/c () 100 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salatka wiosenna - diety 100 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salatka wiosenna b/c () 100 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salatka wiosenna b/c () 100 g Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2224.88 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; W tym cukry: 78.13 g; Błonnik pok.: 29.03 g; Sól: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2232.82 kcal; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 329.62 g; W tym cukry: 69.87 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 7.09 g;	Wartość energetyczna: 2290.65 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 366.62 g; W tym cukry: 105.15 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 1750.25 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 48.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 241.83 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 7.16 g;	Wartość energetyczna: 2036.19 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 47.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 312.14 g; W tym cukry: 52.69 g; Błonnik pok.: 27.53 g; Sól: 9.05 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-08-28 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Owsianka budyniowa z bananem i posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser topiony 40 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 80 g (MLE, SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Owsianka budyniowa z bananem i posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 80 g (MLE, SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Owsianka budyniowa z bananem i posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 80 g (MLE, SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 80 g (MLE, SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Owsianka budyniowa z bananem i posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Pasta jarzynowa () (march,pietr,seler,ziem,jabl) 80 g (MLE, SEL.)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEĆZ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolejca	Rzodkiewka 90 g Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 30 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidor 90 g Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 10 g Twarożek 30 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 10 g Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g	Rzodkiewka 90 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.)	Pomidor 90 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Twarożek 30 g (MLE.)
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2536.52 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 357.41 g; W tym cukry: 74.77 g; Błonnik pok.: 33.32 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2337.98 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 365.14 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 2337.14 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 364.95 g; W tym cukry: 69.37 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2185.84 kcal; Białko ogółem: 101.36 g; Tłuszcz: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 283.68 g; W tym cukry: 53.02 g; Błonnik pok.: 35.67 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2390.68 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; W tym cukry: 49.07 g; Błonnik pok.: 29.82 g; Sól: 7.55 g;

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

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zolałkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-08-29 czwartek	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 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.) Salata lodowa 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 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.) Salata lodowa 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 80 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Tofu 40 g (SOJ.) Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 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.) Salata lodowa 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 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.) Salata lodowa 20 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wp () 110 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Salata zielona z rzodkiewką i jogurtem 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 110 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 110 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wp () 110 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Salata zielona z rzodkiewką i jogurtem 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Salata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 90 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 90 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Salata zielona 10 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2237.30 kcal; Białko ogółem: 74.20 g; Tłuszcz: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 372.56 g; W tym cukry: 80.88 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2195.56 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 375.10 g; W tym cukry: 80.40 g; Błonnik pok.: 16.54 g; Sól: 4.25 g;	Wartość energetyczna: 2244.29 kcal; Białko ogółem: 76.19 g; Tłuszcz: 48.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 391.11 g; W tym cukry: 94.13 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 1862.87 kcal; Białko ogółem: 82.30 g; Tłuszcz: 57.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 264.03 g; W tym cukry: 27.10 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2143.94 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 349.76 g; W tym cukry: 55.35 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 6.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-08-30 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kakao/p 250 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kakao/p 250 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Kakao/p 250 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEJCZ,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rukola 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rukola 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,</u>)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2356.74 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; W tym cukry: 113.74 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 10.00 g;	Wartość energetyczna: 2427.30 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 361.42 g; W tym cukry: 124.64 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2408.57 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; W tym cukry: 125.80 g; Błonnik pok.: 24.73 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2080.06 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 259.96 g; W tym cukry: 47.91 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2257.40 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 72.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 10.12 g;	

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

	CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zolałkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-08-31 sobota	Śniadanie	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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>) Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>) Musztarda 10 g (<u>GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 g	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 g	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 g	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>) 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 źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 g	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (<u>MLE, GLU OW.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchewki 80 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 110 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztecik drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Salata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Salata zielona 10 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2254.69 kcal; Białko ogółem: 74.59 g; Tłuszcz: 62.39 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 359.83 g; W tym cukry: 83.01 g; Błonnik pok.: 35.31 g; Sól: 6.50 g;	Wartość energetyczna: 2146.63 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 43.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 366.77 g; W tym cukry: 85.35 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 5.40 g;	Wartość energetyczna: 2145.78 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 43.78 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 366.58 g; W tym cukry: 85.22 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 1886.04 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 50.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 287.58 g; W tym cukry: 59.70 g; Błonnik pok.: 35.46 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2051.52 kcal; Białko ogółem: 78.24 g; Tłuszcz: 49.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; W tym cukry: 56.08 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 6.88 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-08-19 do dnia 2024-09-01 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	
2024-09-01 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza manna na ml z kakao 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 20 g Kalarepa tarta 80 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza manna na ml z kakao 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 20 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza manna na ml z kakao 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata 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>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Kalarepa tarta 80 g	Kasza manna na ml z kakao 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Kalarepa tarta 80 g
	Obiad	Krem pomidorowy 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem pomidorowy 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Krem pomidorowy 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)		Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2509.79 kcal; Białko ogółem: 109.80 g; Tłuszcz: 75.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; W tym cukry: 109.65 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2503.29 kcal; Białko ogółem: 122.94 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 349.32 g; W tym cukry: 114.35 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2483.03 kcal; Białko ogółem: 124.39 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 371.97 g; W tym cukry: 133.00 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 6.48 g;	Wartość energetyczna: 1810.87 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 233.88 g; W tym cukry: 42.80 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 6.47 g;	Wartość energetyczna: 2284.50 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 60.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 318.18 g; W tym cukry: 85.77 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sól: 7.90 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,
SO2 - 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,