

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zoiądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2025-02-03 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 mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata lodowa 10 g Pasta twarogowa marchewkowo-selerowa + 60 g (MLE, SEL.) 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 mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata lodowa 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pasta twarogowa marchewkowo-selerowa + 60 g (MLE, SEL.) 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 mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata lodowa 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pasta twarogowa marchewkowo-selerowa + 60 g (MLE, SEL.) Pomidor b/skórki 90 g	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.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata lodowa 10 g Pasta twarogowa marchewkowo-selerowa + 60 g (MLE, SEL.) Pomidor 90 g	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 JĘCZ.) Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata lodowa 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pasta twarogowa marchewkowo-selerowa + 60 g (MLE, SEL.) Pomidor 90 g
	Obiad	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kotlet z jaj + 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy + 100 g (MLE, GOR.)	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.)	Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Marchew gotowana plastry z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.)	Zupa brokułowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kotlet z jaj + 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos koperkowy + 100 g (MLE, GOR.)	
	Kolejca	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 makreli wędzonej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Salata zielona 35 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Salata 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 miruny gotowanej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-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 miruny gotowanej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g
	PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Kanapka z szynką drobiową WOJ (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2508.57 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 87.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 344.92 g; W tym cukry: 88.57 g; Błonnik pok.: 30.49 g; Sól: 13.02 g;	Wartość energetyczna: 2382.04 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 379.00 g; W tym cukry: 86.64 g; Błonnik pok.: 29.89 g; Sól: 12.12 g;	Wartość energetyczna: 2373.07 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; Węglowodany ogółem: 383.16 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 27.94 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2388.65 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 97.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 277.36 g; W tym cukry: 46.33 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sól: 13.28 g;	Wartość energetyczna: 2381.54 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 322.78 g; W tym cukry: 63.18 g; Błonnik pok.: 30.02 g; Sól: 13.20 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zoiądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2025-02-04 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor b/skórki 90 g Roszponka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczeniowy + 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Dynia pieczona + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczeniowy + 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczeniowy + 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Klopsik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g 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 Paszтет wieprzowy z warzywami + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Twarożek + 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego + 80 g	Bułka pszenna długa krojona 120 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.) Twarożek + 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego + 80 g	Bułka pszenna długa krojona 120 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.) Twarożek + 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego + 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет wieprzowy z warzywami + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Twarożek + 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego + 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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.) Twarożek + 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego + 80 g	
	PN		Banan 1szt. 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
			Wartość energetyczna: 2783.60 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 92.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 390.94 g; W tym cukry: 109.90 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sól: 12.91 g;	Wartość energetyczna: 2642.34 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 394.52 g; W tym cukry: 110.25 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 8.79 g;	Wartość energetyczna: 2640.96 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 394.20 g; W tym cukry: 110.04 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2303.73 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 93.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 270.38 g; W tym cukry: 40.03 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sól: 11.43 g;	Wartość energetyczna: 2560.99 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 78.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 365.94 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 31.04 g; Sól: 12.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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
2025-02-05 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml		Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka jogurtowo-cytrynowy + 100 g (MLE.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	Kolaćca	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Dżem 25 g 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Zduna-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 (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Twarożek truskawkowy + 40 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g
	PN	Ciasto marchewkowe z polewą z białej czekolady + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ.)	Ciasto marchewkowe dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Ciasto marchewkowe z polewą z białej czekolady + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ.)
		Wartość energetyczna: 2911.18 kcal; Białko ogółem: 119.81 g; Tłuszcz: 96.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 400.89 g; W tym cukry: 118.36 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 12.62 g;	Wartość energetyczna: 2608.64 kcal; Białko ogółem: 117.48 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 392.70 g; W tym cukry: 110.44 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 8.14 g;	Wartość energetyczna: 2607.88 kcal; Białko ogółem: 117.45 g; Tłuszcz: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 392.53 g; W tym cukry: 110.32 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 8.13 g;	Wartość energetyczna: 1916.15 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 49.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 262.21 g; W tym cukry: 68.48 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2744.74 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 87.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 379.51 g; W tym cukry: 95.06 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sól: 11.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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
2025-02-06 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 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>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, S02,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Zacierka na mleku/p 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>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ,</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 60 g (<u>MLE, SEL,</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, 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 60 g (<u>MLE, SEL,</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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Zacierka na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u>) Pasta twarogowa pomidorowo-selerowa + 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka wielowarzynna z olejem + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Ryż na sypko 200 g	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos pomidorowy + 100 g Marchew gotowana plastry z olejem + 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 110 g (<u>MLE, SEL,</u>)	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos pomidorowy + 100 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka wielowarzynna z olejem + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 110 g (<u>MLE, SEL,</u>)	Żurek z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Sos pomidorowy + 100 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka wielowarzynna z olejem + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 110 g (<u>MLE, SEL,</u>)	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos pomidorowy + 100 g Surówka wielowarzynna z olejem + 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 110 g (<u>MLE, SEL,</u>)
	Kolaże	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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, 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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, 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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salatka jarzynowa + 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g
	PN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2506.22 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 88.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; Węglowodany ogółem: 350.95 g; W tym cukry: 86.27 g; Błonnik pok.: 28.36 g; Sól: 15.18 g;	Wartość energetyczna: 2206.38 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 362.48 g; W tym cukry: 88.14 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2205.00 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 362.16 g; W tym cukry: 87.92 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2055.69 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; Węglowodany ogółem: 257.83 g; W tym cukry: 53.56 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sól: 13.46 g;	Wartość energetyczna: 2107.90 kcal; Białko ogółem: 78.36 g; Tłuszcz: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 339.22 g; W tym cukry: 62.75 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sól: 14.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-07 piątek	Śniadanie	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 60 g (MLE.)	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 60 g (MLE.)	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 60 g (MLE.)	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek + 60 g (MLE.)	Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 60 g (MLE.)	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Surówka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (JAJ. MLE.) Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (SOJ.) Sałatka rzymska z pomidorami koktajlowymi i winegret + 150 g (GOR.)	Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (JAJ. MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka rzymska z pomidorami koktajlowymi i olejem + 100 g Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (SOJ.)	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g	Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (JAJ. MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (SOJ.) Sałatka rzymska z pomidorami koktajlowymi i winegret + 150 g (GOR.)	Pasta z jaj z natką pietruszki + 60 g (JAJ. 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 rzymska z pomidorami koktajlowymi i olejem + 100 g Szynka wieśniowa- wieprzowa, wędz. parz. z dod. wody i białka wp. 40 g (SOJ.)	
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)				Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
		Wartość energetyczna: 2597.90 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 94.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 341.34 g; W tym cukry: 98.54 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 2526.67 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 87.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 331.51 g; W tym cukry: 93.05 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 10.99 g;	Wartość energetyczna: 2285.64 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 331.86 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2253.16 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 96.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 253.81 g; W tym cukry: 50.90 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2335.59 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 83.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 300.45 g; W tym cukry: 70.25 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 11.05 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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
2025-02-08 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 (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 60 g (<u>SOJ</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Pomidor 50 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>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 60 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>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 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>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wołowy dieta + 110 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Gulasz wołowy dieta + 110 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Gulasz wołowy dieta + 110 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraki gotowane słupki + 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 50 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 50 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 50 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 50 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 50 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		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
			Wartość energetyczna: 2148.73 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 344.08 g; W tym cukry: 86.74 g; Błonnik pok.: 29.96 g; Sól: 12.18 g;	Wartość energetyczna: 2054.35 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 39.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; W tym cukry: 91.26 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sól: 10.31 g;	Wartość energetyczna: 2053.70 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 39.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 341.07 g; W tym cukry: 91.15 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 1755.97 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 47.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 248.51 g; W tym cukry: 50.94 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 10.74 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-09 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Papryka konserwowa 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Papryka konserwowa 80 g Salata zielona 20 g
	Obiad	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka pieczone + 210 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Coleslaw + 200 g (JAJ, MLE, GOR, SOJ.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Makaron nitka 55 g (GLU PSZ.)	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 210 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml Makaron nitka 55 g (GLU PSZ.)	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 210 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia pieczona + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Makaron nitka 55 g (GLU PSZ.)	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 210 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z marchwią + 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Makaron nitka 55 g (GLU PSZ.)	Rosół + 245 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 210 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany + 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Makaron nitka 55 g (GLU PSZ.)
	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 Twarożek ze słonecznikiem + 60 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek ze słonecznikiem + 60 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 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 Twarożek ze słonecznikiem + 60 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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: 2573.40 kcal; Białko ogółem: 128.43 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 341.53 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 30.32 g; Sól: 12.78 g;	Wartość energetyczna: 2488.08 kcal; Białko ogółem: 133.86 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 349.37 g; W tym cukry: 98.21 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sól: 10.69 g;	Wartość energetyczna: 2639.08 kcal; Białko ogółem: 147.16 g; Tłuszcz: 78.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 352.05 g; W tym cukry: 97.51 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2132.44 kcal; Białko ogółem: 131.35 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 236.84 g; W tym cukry: 44.98 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sól: 13.56 g;	Wartość energetyczna: 2345.20 kcal; Białko ogółem: 127.25 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 321.47 g; W tym cukry: 67.69 g; Błonnik pok.: 32.94 g; Sól: 12.87 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-10 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>) Salatka a'la caprese + 100 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</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>) Salatka a'la caprese dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</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>) Salatka a'la caprese + 100 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Salatka a'la caprese dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kokosowy dhał z zieloną soczewicą + 150 g (<u>MLE, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (<u>SOJ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa grysikowa + 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (<u>SOJ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kokosowy dhał z zieloną soczewicą + 150 g (<u>MLE, GOR</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ryż na sypko (brązowy) 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (<u>SOJ, SEL</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 Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (<u>SEL</u>) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami + 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (<u>SEL</u>) Mix салат 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami + 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (<u>SEL</u>) Mix салат 10 g	Ogórek kiszony 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>) Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (<u>SEL</u>) Mix салат 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 Ogórek kiszony 90 g Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami + 60 g (<u>MLE</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (<u>SEL</u>) Mix салат 10 g	
	PN	Banan 1szt. 1 szt			Pomarańcza 1 szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2504.36 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 84.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; Węglowodany ogółem: 364.40 g; W tym cukry: 95.70 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 12.99 g;	Wartość energetyczna: 2321.30 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; W tym cukry: 101.99 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sól: 9.08 g;	Wartość energetyczna: 2278.98 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.00 g; Węglowodany ogółem: 357.87 g; W tym cukry: 96.62 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 6.83 g;	Wartość energetyczna: 2428.79 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 91.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 325.00 g; W tym cukry: 50.42 g; Błonnik pok.: 41.59 g; Sól: 11.79 g;	Wartość energetyczna: 2166.98 kcal; Białko ogółem: 82.20 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 325.72 g; W tym cukry: 71.42 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 12.20 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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
2025-02-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>)	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko w sosie tatarskim + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 100 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>)	Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko w sosie jogurtowo-pietruszkowym + 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 100 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 220 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos cygański + 100 g	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 220 g Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 220 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 220 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos cygański + 100 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z zacierką + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 220 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos własny dieta + 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (<u>JAJ, 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 Twarożek pomidorowy + 60 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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek pomidorowy + 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek pomidorowy + 60 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>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek pomidorowy + 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek pomidorowy + 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2382.60 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 327.00 g; W tym cukry: 70.51 g; Błonnik pok.: 27.77 g; Sól: 13.42 g;	Wartość energetyczna: 2410.40 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 71.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; W tym cukry: 64.49 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 12.66 g;	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 117.77 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; Węglowodany ogółem: 338.69 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2003.31 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 233.90 g; W tym cukry: 48.86 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 11.65 g;	Wartość energetyczna: 2244.84 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 304.27 g; W tym cukry: 43.35 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sól: 13.54 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-12 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek różany + 30 g (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Twarożek różany + 30 g (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Twarożek różany + 30 g (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek różany + 30 g (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i jabłkiem z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Twarożek różany + 30 g (MLE.)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolejacja	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Domowy paprykarz szczeciński + 60 g (RYB, SOJ.) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz z miruny z warzywami + 60 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz z miruny z warzywami + 60 g (RYB, SOJ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 80 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g Domowy paprykarz szczeciński + 60 g (RYB, SOJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 90 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Domowy paprykarz szczeciński + 60 g (RYB, SOJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 10 g
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLUPSZ, JAJ.)			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2559.22 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 384.96 g; W tym cukry: 94.16 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 12.34 g;	Wartość energetyczna: 2477.90 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 387.46 g; W tym cukry: 93.37 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sól: 8.60 g;	Wartość energetyczna: 2475.18 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 59.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 386.86 g; W tym cukry: 92.96 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2176.62 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 286.55 g; W tym cukry: 51.98 g; Błonnik pok.: 37.29 g; Sól: 12.29 g;	Wartość energetyczna: 2473.62 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 364.46 g; W tym cukry: 71.37 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 10.91 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA CHRZANÓW

	CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zoiądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych	
2025-02-13 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 JĘCZ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 JĘCZ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 JĘCZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Pomidor 80 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 JĘCZ) Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g 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 JĘCZ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata lodowa 20 g
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną + 110 g (SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 110 g (SEL) Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 110 g (SEL) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos boloński z wieprzowiną + 110 g (SEL) Surówka z selera i jabłka b/c + 100 g (SEL) 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 Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (MLE) Twarożek + 60 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (SEL)	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek + 60 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (SEL) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek + 60 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (SEL) 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 Twarożek + 60 g (MLE) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (SEL)	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 Twarożek + 60 g (MLE) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego+ 100 g (MLE) Pasta z kurczaka i warzyw + 60 g (SEL)
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2306.10 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 372.58 g; W tym cukry: 94.51 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 2299.10 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 47.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.46 g; Węglowodany ogółem: 389.03 g; W tym cukry: 98.71 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2263.63 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 47.29 g; Kw. tł. nasy.: 15.38 g; Węglowodany ogółem: 385.02 g; W tym cukry: 97.61 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sól: 9.25 g;	Wartość energetyczna: 1816.32 kcal; Białko ogółem: 85.14 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 235.80 g; W tym cukry: 36.95 g; Błonnik pok.: 35.17 g; Sól: 9.76 g;	Wartość energetyczna: 2212.74 kcal; Białko ogółem: 83.23 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 349.78 g; W tym cukry: 68.98 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 11.40 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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	
2025-02-14, piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Mandarynka 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Łosoś pieczony z przyprawami + 80 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Łosoś pieczony z przyprawami + 80 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Krupnik jęczmienny + 300 ml (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Łosoś pieczony z przyprawami + 80 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem i jabłkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 60 g (JAJ, MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Pomidor 90 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 jaj z koperkiem dieta + 60 g (JAJ, MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Pomidor 90 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 jaj z koperkiem dieta + 60 g (JAJ, MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rukola 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem dieta + 60 g (JAJ, MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem dieta + 60 g (JAJ, MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 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 (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2312.76 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; W tym cukry: 103.30 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sól: 14.98 g;	Wartość energetyczna: 2396.52 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 354.48 g; W tym cukry: 117.87 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2395.79 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 354.31 g; W tym cukry: 117.76 g; Błonnik pok.: 21.98 g; Sól: 10.52 g;	Wartość energetyczna: 2035.07 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 259.28 g; W tym cukry: 39.64 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 13.64 g;	Wartość energetyczna: 2213.42 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 67.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 314.47 g; W tym cukry: 76.27 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sól: 15.10 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku zoiądkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2025-02-15 sobota	Śniadanie	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr. wędz. parz w osłonce niejadalnej) 40 g (SOJ.) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) 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 źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kociółek z kurczaka meksykański + 300 g (MLE.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 110 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kociółek z kurczaka meksykański + 300 g (MLE.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kociółek z kurczaka meksykański + 300 g (MLE.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kociółek z kurczaka meksykański + 300 g (MLE.) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka makaronowa z warzywami i szynką + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Salata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka makaronowa z warzywami i szynką dieta + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) 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: 2600.69 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 76.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 392.29 g; W tym cukry: 94.86 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sól: 12.36 g;	Wartość energetyczna: 2361.21 kcal; Białko ogółem: 89.20 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 392.32 g; W tym cukry: 90.96 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sól: 10.62 g;	Wartość energetyczna: 2359.72 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 391.98 g; W tym cukry: 90.72 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2088.43 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 289.82 g; W tym cukry: 71.16 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 11.05 g;	Wartość energetyczna: 2407.38 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 371.30 g; W tym cukry: 68.54 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 12.35 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-03 do dnia 2025-02-16 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
2025-02-16 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na ml z kakao 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na ml z kakao 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na ml z kakao 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Salata 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.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Ogórek kiszony 80 g	Kasza manna na ml z kakao 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 40 g Ogórek kiszony 80 g
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy panierowany + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Schab pieczony cały + 100 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Schab pieczony cały + 100 g Sos pieczeniowy + 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		
	Kolaćca	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2420.79 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 66.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 354.71 g; W tym cukry: 110.84 g; Błonnik pok.: 27.57 g; Sól: 12.17 g;	Wartość energetyczna: 2509.66 kcal; Białko ogółem: 130.56 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 358.03 g; W tym cukry: 115.60 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 8.56 g;	Wartość energetyczna: 2375.41 kcal; Białko ogółem: 127.71 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 350.28 g; W tym cukry: 108.79 g; Błonnik pok.: 20.27 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 1996.12 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 247.06 g; W tym cukry: 46.82 g; Błonnik pok.: 32.09 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2474.76 kcal; Białko ogółem: 124.11 g; Tłuszcz: 76.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 329.81 g; W tym cukry: 88.19 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 12.48 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,