

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- BYT GÓR 1 Podstawowa	CHRZ- BYT GÓR 2 Łatwo strawna	CHRZ- BYT GÓR 4 z ogr.sub.pob.wydz.soku ziołkowego	CHRZ- BYT GÓR 6 Z ogr.łatwoprzsw. węglowodanów	CHRZ- BYT GÓR 7 O kontr.zaw.kwasów tłuszczowych
2024-11-11 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 Salata 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.) Salata 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.) Salata 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 Salata 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.) Salata 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	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.)	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dynia duszona z ziołami * 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.)	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dynia duszona z ziołami * 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.)	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w ziołach 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos szpinakowy* 100 ml (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 Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z twarogu i makreli wędzonej 50 g (RYB, MLE.) Salata zielona 35 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE.) Pyzdra szynkowa-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 twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 50 g (RYB, MLE.) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pyzdra 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 i makreli wędzonej 50 g (RYB, MLE.) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pyzdra 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 i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g (RYB, MLE.) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2036.34 kcal; Białko ogółem: 91.62 g; Tłuszcz: 45.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 330.65 g; W tym cukry: 73.72 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2218.64 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 46.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 346.18 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 6.64 g;	Wartość energetyczna: 2208.60 kcal; Białko ogółem: 113.53 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; W tym cukry: 80.80 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 1794.46 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 250.15 g; W tym cukry: 44.27 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sól: 6.72 g;	Wartość energetyczna: 2017.60 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 47.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 308.21 g; W tym cukry: 48.45 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sól: 8.27 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-12 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 60 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Rozspanka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Pomidor b/skórki 90 g Rozspanka 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.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) 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 (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Rozspanka 10 g Kefir 1,5% t 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JEĆZ.) kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Ogórek kiszony 90 g Rozspanka 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 110 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 200 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy- dieta 110 g (GLU PSZ.) Marchew z groszkiem (*) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy- dieta 110 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 110 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 200 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Gulasz wołowy 110 g (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 200 g (MLE, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretki drobiowa z ud* 100 g (SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 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.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 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.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretki drobiowa z ud* 100 g (SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) 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.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g	
	PN	Banan 1szt. 1 szt				Sok wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2457.85 kcal; Białko ogółem: 102.55 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; W tym cukry: 104.85 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2319.28 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 384.54 g; W tym cukry: 111.30 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 2351.72 kcal; Białko ogółem: 101.82 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 383.29 g; W tym cukry: 111.99 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 5.65 g;	Wartość energetyczna: 1874.20 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 252.61 g; W tym cukry: 36.63 g; Błonnik pok.: 42.68 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2208.99 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 356.82 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 35.57 g; Sól: 8.74 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-13 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i borówką 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 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 borówką z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 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 borówką z posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo. naturalny 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo. naturalny 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 borówką 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
	Obiad	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ćwikła z chrzanem () 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ćwikła z chrzanem b/c () 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ćwikła z chrzanem () 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ćwikła z chrzanem () 200 g (MLE, SO2.) 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 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 (GLU PSZ.) 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 (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Twarożek 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 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 b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2461.44 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 401.83 g; W tym cukry: 114.07 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 8.64 g;	Wartość energetyczna: 2409.51 kcal; Białko ogółem: 102.88 g; Tłuszcz: 48.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 405.62 g; W tym cukry: 114.55 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2408.75 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 48.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 405.45 g; W tym cukry: 114.43 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 1813.74 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 273.17 g; W tym cukry: 58.36 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2272.20 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 379.51 g; W tym cukry: 88.54 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 7.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-14 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 JECZ</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 i cebuli 50 g (<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, 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 JECZ</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 JECZ</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 JECZ</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 kiszony 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 JECZ</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 kiszony 80 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowina 250 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</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>) 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</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</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</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</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g
	PN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Wartość energetyczna: 2222.85 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 350.74 g; W tym cukry: 91.25 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sól: 10.38 g;	Wartość energetyczna: 2269.55 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 374.62 g; W tym cukry: 83.71 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 6.16 g;	Wartość energetyczna: 2268.16 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 49.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 374.31 g; W tym cukry: 83.49 g; Błonnik pok.: 27.64 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 1955.28 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 282.06 g; W tym cukry: 54.29 g; Błonnik pok.: 36.17 g; Sól: 8.50 g;	Wartość energetyczna: 2182.53 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.65 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; W tym cukry: 60.02 g; Błonnik pok.: 32.73 g; Sól: 9.83 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-15 piątek	Śniadanie	Kakao/p 250 ml (<u>MLE</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 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>) Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Śliwka szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Kakao/p 250 ml (<u>MLE</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 Salata zielona 20 g	Kakao/p 250 ml (<u>MLE</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, 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 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>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata 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>) Twarożek 50 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>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Śliwka szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 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>) Twarożek 50 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>) Śliwka szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki 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 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 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, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rukola 10 g Pomidor 80 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rukola 10 g Pomidor 80 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 Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rukola 10 g Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 90 g Rukola 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g	
	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: 2293.64 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 356.88 g; W tym cukry: 109.11 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 7.35 g;	Wartość energetyczna: 2336.59 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 362.86 g; W tym cukry: 109.92 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 6.07 g;	Wartość energetyczna: 2293.24 kcal; Białko ogółem: 95.22 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 360.82 g; W tym cukry: 109.00 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sól: 6.65 g;	Wartość energetyczna: 1912.70 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 252.78 g; W tym cukry: 44.79 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2098.42 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 301.17 g; W tym cukry: 63.95 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sól: 7.94 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-16 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku/p 250 ml (MLE) 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 (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 40 g (SOJ) Dżem 30 g Ketchup 10 g (SEL) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na mleku/p 250 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Dżem 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Dżem 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryż na mleku/p 250 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Dżem 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wieprzowy- dieta 110 g (GLU PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 110 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Gulasz wieprzowy- dieta 110 g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		
	Koleja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twaróg półtłusty 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2295.28 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 371.84 g; W tym cukry: 93.97 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sól: 7.70 g;	Wartość energetyczna: 2224.06 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 49.61 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 364.60 g; W tym cukry: 97.45 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2223.41 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 49.61 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; W tym cukry: 97.35 g; Błonnik pok.: 25.05 g; Sól: 5.54 g;	Wartość energetyczna: 1908.50 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; Węglowodany ogółem: 282.94 g; W tym cukry: 61.16 g; Błonnik pok.: 32.92 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2164.82 kcal; Białko ogółem: 93.30 g; Tłuszcz: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.87 g; Węglowodany ogółem: 346.47 g; W tym cukry: 67.13 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 7.28 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-17 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 20 g Papryka świeża 80 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 20 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 20 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 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 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 80 g Salata zielona 20 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Surówka Coleslaw 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki 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 z koperkiem gotowane () 200 g Dynamis z oliwą 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 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 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: 2650.47 kcal; Białko ogółem: 133.54 g; Tłuszcz: 84.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 355.40 g; W tym cukry: 96.49 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2549.18 kcal; Białko ogółem: 140.58 g; Tłuszcz: 73.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 346.09 g; W tym cukry: 86.47 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2695.55 kcal; Białko ogółem: 148.01 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 361.22 g; W tym cukry: 90.84 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 5.80 g;	Wartość energetyczna: 2242.61 kcal; Białko ogółem: 137.31 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; W tym cukry: 47.04 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2432.03 kcal; Białko ogółem: 134.97 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 320.54 g; W tym cukry: 60.14 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 7.93 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-18 poniedziałek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella kulki 40 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Rzodkiew biała tarta 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Salata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella kulki 40 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella kulki 40 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella kulki 40 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rzodkiew biała tarta 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser mozzarella kulki 40 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Salata zielona 20 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos budyniowy o smaku śmietankowym b/c 100 ml (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 Ser żółty 40 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (SEL) Ogórek kiszony 90 g Mix salat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (SEL) Mix salat 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (SEL) Mix salat 10 g	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 Ser żółty 40 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (SEL) Mix salat 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 homo. naturalny 60 g (MLE) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 60 g (SEL) Mix salat 10 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Gruszka 1szt. 150 g		Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2369.61 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 405.84 g; W tym cukry: 138.70 g; Błonnik pok.: 31.29 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2328.16 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 41.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 416.47 g; W tym cukry: 143.88 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2326.78 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 41.46 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; Węglowodany ogółem: 416.16 g; W tym cukry: 143.66 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 1905.54 kcal; Białko ogółem: 80.33 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 285.03 g; W tym cukry: 50.59 g; Błonnik pok.: 35.31 g; Sól: 8.07 g;	Wartość energetyczna: 2122.03 kcal; Białko ogółem: 78.62 g; Tłuszcz: 42.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 365.90 g; W tym cukry: 78.01 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 8.71 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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			
2024-11-19 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 Gruszka 1szt. 150 g 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 Gruszka 1szt. 150 g 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 Gruszka 1szt. 150 g 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 Gruszka 1szt. 150 g 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 z koperkiem gotowane () 220 g Kotlet drobiowy panierowany 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g 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 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 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 z koperkiem gotowane () 220 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (GLU PSZ.) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g 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.) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 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 Pomidor 80 g Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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 Ogórek kiszony 80 g Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g	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 Ogórek kiszony 80 g Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g
				PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	
Wartość energetyczna: 2465.71 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; W tym cukry: 72.54 g; Błonnik pok.: 29.21 g; Sól: 9.80 g;	Wartość energetyczna: 2287.50 kcal; Białko ogółem: 113.44 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 354.11 g; W tym cukry: 70.74 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sól: 7.05 g;				Wartość energetyczna: 2316.60 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 384.53 g; W tym cukry: 101.35 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 1991.08 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 257.66 g; W tym cukry: 50.99 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2277.01 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 327.97 g; W tym cukry: 47.11 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sól: 9.95 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-20 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 ŻYT, GLU JĘCZ.) 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 ŻYT, GLU JĘCZ.) 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 Pomidor b/skórki 90 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 ŻYT, GLU JĘCZ.) 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 ŻYT, GLU JĘCZ.) Owsianka budyniowa z bananem i posypką chia 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, S02.) 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 JĘCZ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 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 JĘCZ.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, S02.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Pomidor 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 Twarożek 30 g (MLE.) Paprykarz szczeniński 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 60 g (RYB.) 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 60 g (RYB.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 10 g Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g	Pomidor 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 szczeniński 50 g (RYB, SOJ.)	Pomidor 90 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 60 g (RYB.) 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: 2582.15 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 397.96 g; W tym cukry: 84.65 g; Błonnik pok.: 35.90 g; Sól: 9.44 g;	Wartość energetyczna: 2560.16 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 406.52 g; W tym cukry: 78.63 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2559.32 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 406.33 g; W tym cukry: 78.50 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 5.92 g;	Wartość energetyczna: 2073.33 kcal; Białko ogółem: 104.70 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 292.05 g; W tym cukry: 58.47 g; Błonnik pok.: 36.38 g; Sól: 7.27 g;	Wartość energetyczna: 2484.47 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 368.60 g; W tym cukry: 61.12 g; Błonnik pok.: 36.63 g; Sól: 8.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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 tuszczowych	
2024-11-21 czwartek	Śniadanie	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (<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 JEĆZ,</u>) 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 (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata lodowa 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) 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 (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata lodowa 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) 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 (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) Tofu 40 g (<u>SOJ,</u>) Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) 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 (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata lodowa 20 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 250 g (<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 b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ,</u>) 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 (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Salata lodowa 20 g	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 110 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 110 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 110 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp () 110 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi i jabłka 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		
	Kolejca	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pasta z fasoli 50 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 90 g Salata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 (<u>GLU PSZ,</u>) 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 (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 50 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 Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 90 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 50 g Salata zielona 10 g	
	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: 2351.49 kcal; Białko ogółem: 78.07 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 396.67 g; W tym cukry: 82.88 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 2286.23 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 45.99 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; W tym cukry: 83.95 g; Błonnik pok.: 16.01 g; Sól: 4.76 g;	Wartość energetyczna: 2334.96 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 49.44 g; Kw. tł. nasy.: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 404.47 g; W tym cukry: 97.68 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 5.23 g;	Wartość energetyczna: 1836.91 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 57.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 259.13 g; W tym cukry: 25.32 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sól: 5.83 g;	Wartość energetyczna: 2258.13 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 373.87 g; W tym cukry: 57.35 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sól: 7.38 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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
2024-11-22 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 JĘCZ,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki 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 JĘCZ,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki 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 JĘCZ,</u>) Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki 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>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, 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 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, 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 Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) 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 (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ,</u>)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2483.64 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 111.27 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2552.09 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 381.23 g; W tym cukry: 124.40 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2551.36 kcal; Białko ogółem: 113.71 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 381.06 g; W tym cukry: 124.28 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 7.99 g;	Wartość energetyczna: 2206.96 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 277.29 g; W tym cukry: 45.44 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2374.99 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 76.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sól: 11.84 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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			
2024-11-23 sobota	Śniadanie	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) 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.) Tofu 30 g (SOJ.) Musztarda 10 g (GOR.) Pomidorki koktajlowe 80 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Sałata 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.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Tofu 30 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata 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.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Tofu 30 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Tofu 30 g (SOJ.) 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 Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Owsianka z jabłkiem, rodzynkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Tofu 30 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		
		Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa () 110 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200g Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Ryż na sypko 200g 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 Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, 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 Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta () 100 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g
				PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2407.83 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; Węglowodany ogółem: 396.95 g; W tym cukry: 86.70 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sól: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2324.82 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 405.91 g; W tym cukry: 90.28 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2323.33 kcal; Białko ogółem: 84.70 g; Tłuszcz: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 405.57 g; W tym cukry: 90.05 g; Błonnik pok.: 29.44 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 1902.76 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz: 52.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.14 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; W tym cukry: 63.15 g; Błonnik pok.: 36.71 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2221.71 kcal; Białko ogółem: 76.06 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 376.16 g; W tym cukry: 60.53 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 7.43 g;			

Jadłospisy za okres od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-24 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	
2024-11-24 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Salata zielona 20 g Rzodkiew biała tarta 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.) 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 (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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 Rzodkiew biała tarta 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rzodkiew biała tarta 80 g
	Obiad	Krem pomidorowy 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kotlet schabowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem pomidorowy 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Krem pomidorowy 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Fasolka szparagowa z wody* 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.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 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 Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 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 Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 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 Jabłko 1 szt 1 szt Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g 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 Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 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: 2562.63 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 72.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 375.61 g; W tym cukry: 107.30 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2573.59 kcal; Białko ogółem: 123.19 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 368.86 g; W tym cukry: 114.43 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sól: 6.55 g;	Wartość energetyczna: 2439.33 kcal; Białko ogółem: 120.34 g; Tłuszcz: 59.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 361.11 g; W tym cukry: 107.63 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 1863.71 kcal; Białko ogółem: 114.75 g; Tłuszcz: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; Węglowodany ogółem: 257.44 g; W tym cukry: 40.45 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2342.34 kcal; Białko ogółem: 118.81 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 340.18 g; W tym cukry: 81.82 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 8.04 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,