

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-23 poniedziałek	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.) Hummus paprykowy + 60 g (SEZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda źródłana 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.) Dżem 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Woda źródłana 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.) Dżem 50 g Sałata zielona 20 g Woda źródłana 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.) Hummus paprykowy + 60 g (SEZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 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.) Hummus paprykowy + 60 g (SEZ.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Fasolka po bretońsku + 300 g (SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mandarynka 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 110 g (MLE, SEL.) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Ryż na sypko 200 g		Żurek z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 110 g (MLE, SEL.) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ryż na sypko (brązowy) 200 g	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 110 g (MLE, SEL.) Sos pomidorowy + 100 g Cukinia gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ryż na sypko 200 g
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 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.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.)		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	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 Jajko w sosie tatarskim + 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				
	Wartość energetyczna: 2820.54 kcal; Białko ogółem: 111.30 g; Tłuszcz: 97.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.84 g; Węglowodany ogółem: 386.88 g; W tym cukry: 82.16 g; Błonnik pok.: 34.77 g; Sól: 14.24 g;	Wartość energetyczna: 2191.95 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 350.50 g; W tym cukry: 97.34 g; Błonnik pok.: 20.05 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2191.29 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 350.35 g; W tym cukry: 97.24 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sól: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2106.74 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 241.87 g; W tym cukry: 49.55 g; Błonnik pok.: 29.04 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2212.62 kcal; Białko ogółem: 87.76 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 312.15 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 11.68 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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	
2024-12-24 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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 a'la homogenizowany o smaku waniliowym 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym+ 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym+ 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	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 a'la homogenizowany o smaku waniliowym+ 100 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	
	Obiad	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Morszczuk smażony+ 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Kapusta gotowana z grzybami + 200 g (SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryba po grecku + 300 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Kompot z suszu 250 ml Ryżowa 350 ml (MLE, SEL.) Ryba po grecku + 300 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Kompot z suszu b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryba po grecku + 300 g (RYB.) Kapusta gotowana z grzybami + 200 g (SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	Kompot z suszu 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami + 350 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryba po grecku + 300 g (RYB.) Kapusta gotowana z grzybami + 200 g (SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g	
	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 Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Dżem 50 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 90 g Dżem 50 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 90 g Dżem 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g Serek Almette mini 30g 1 szt (MLE.) Dżem 50 g Sałata zielona 10 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.)				
		Wartość energetyczna: 2801.51 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 92.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 413.71 g; W tym cukry: 122.46 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sól: 9.93 g;	Wartość energetyczna: 2699.81 kcal; Białko ogółem: 135.19 g; Tłuszcz: 74.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 383.63 g; W tym cukry: 113.64 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 7.84 g;	Wartość energetyczna: 2689.10 kcal; Białko ogółem: 134.54 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 379.11 g; W tym cukry: 107.73 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 2361.53 kcal; Białko ogółem: 142.64 g; Tłuszcz: 88.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 262.08 g; W tym cukry: 50.82 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 9.70 g;	Wartość energetyczna: 2757.71 kcal; Białko ogółem: 133.13 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 378.17 g; W tym cukry: 100.11 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sól: 10.84 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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	
2024-12-25 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) 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.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 40 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt
	Obiad	Rosół + 255 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Makaron nitka 45 g (GLU PSZ.) Makowiec 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Rosół + 255 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Makaron nitka 45 g (GLU PSZ.) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Rosół + 255 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Makaron nitka 45 g (GLU PSZ.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Rosół + 255 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Makaron nitka 45 g (GLU PSZ.) Makowiec 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Rosół + 255 ml (SOJ, SEL.) Udko z kurczaka gotowane + 150 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Makaron nitka 45 g (GLU PSZ.) Makowiec 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	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 Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z jajkiem + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 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 Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta + 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2582.79 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 379.72 g; W tym cukry: 100.42 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 12.65 g;	Wartość energetyczna: 2488.23 kcal; Białko ogółem: 121.61 g; Tłuszcz: 61.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 373.67 g; W tym cukry: 116.09 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 9.85 g;	Wartość energetyczna: 2497.43 kcal; Białko ogółem: 124.65 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 364.85 g; W tym cukry: 115.10 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sól: 9.19 g;	Wartość energetyczna: 2050.60 kcal; Białko ogółem: 113.00 g; Tłuszcz: 57.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; W tym cukry: 74.99 g; Błonnik pok.: 35.66 g; Sól: 10.87 g;	Wartość energetyczna: 2454.59 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 366.70 g; W tym cukry: 83.84 g; Błonnik pok.: 27.01 g; Sól: 12.56 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-26 czwartek	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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek makowy + 60 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Woda źródlana 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% 5 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z koperkiem + 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Woda źródlana 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.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z koperkiem + 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek makowy + 60 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt	Owsianka z jabłkami 250 g (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w ostłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek makowy + 60 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródlana n/g 0,5l 1 szt
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wołowy + 110 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki po francusku + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wołowy + 110 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wołowy + 110 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wołowy + 110 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Gulasz wołowy + 110 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 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 Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 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 Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałata zielona 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 Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/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 Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g
	PN	Serniczek z gruszką + 100 g (JAJ, MLE.)	Serniczek z brzoskwinia + 100 g (JAJ, MLE.)	Serniczek z gruszką + 100 g (JAJ, MLE.)	Serniczek z gruszką + 100 g (JAJ, MLE.)	Serniczek z gruszką + 100 g (JAJ, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2380.73 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; W tym cukry: 86.12 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 11.77 g;	Wartość energetyczna: 2363.01 kcal; Białko ogółem: 119.21 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 347.42 g; W tym cukry: 96.05 g; Błonnik pok.: 24.40 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 2399.76 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.48 g; Węglowodany ogółem: 347.31 g; W tym cukry: 95.98 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 1996.69 kcal; Białko ogółem: 114.08 g; Tłuszcz: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 238.26 g; W tym cukry: 49.93 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2360.45 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 327.97 g; W tym cukry: 73.27 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sól: 11.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-27 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek różany + 60 g (MLE.) Jabłko 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek różany + 60 g (MLE.) Jabłko 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek różany + 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Twarożek różany + 60 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kasza manna na mleku/p 250 ml (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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek różany + 60 g (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Jabłko 150 g
	Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Marchew z groszkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew z groszkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew z groszkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z zielonych warzyw + 300 ml (SOJ, SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew z groszkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zielona pasta jajeczna + 60 g (JAJ, MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Roszponka 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Zielona pasta jajeczna + 60 g (JAJ, MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Roszponka 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Roszponka 10 g Pomidor 90 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2422.24 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; W tym cukry: 103.67 g; Błonnik pok.: 31.68 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2364.83 kcal; Białko ogółem: 110.26 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 340.86 g; W tym cukry: 105.54 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sól: 10.46 g;	Wartość energetyczna: 2401.50 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 340.73 g; W tym cukry: 105.45 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 2116.97 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 267.82 g; W tym cukry: 74.40 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 10.86 g;	Wartość energetyczna: 2370.97 kcal; Białko ogółem: 104.17 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 342.16 g; W tym cukry: 95.39 g; Błonnik pok.: 30.85 g; Sól: 11.96 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-28 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki "Basuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 100 g (<u>SEL.</u>) Pasta z tofu, suszonych pomidorów i kolendry + 50 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Woda źródłana n/g 0,5 l 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% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 50 g (<u>SOJ.</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>) Pomidor 100 g Woda źródłana n/g 0,5 l 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>) 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>) Pasta z tofu i pieczonej marchewki + 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, suszonych pomidorów i kolendry + 50 g (<u>SOJ.</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>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	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>) Pasta z tofu, suszonych pomidorów i kolendry + 50 g (<u>SOJ.</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>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Bigos + 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 110 g Ryż na sypko 200 g Marchew talarki gotowane + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy węgierski + 110 g (<u>MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy węgierski + 110 g (<u>MLE.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 ml (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy węgierski + 110 g (<u>MLE.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 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 fasoli z wędzonymi śliwkami + 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 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 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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 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 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>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 35 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2780.65 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz: 108.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 365.14 g; W tym cukry: 93.95 g; Błonnik pok.: 33.36 g; Sól: 15.12 g;	Wartość energetyczna: 2069.41 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 43.05 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; W tym cukry: 79.76 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sól: 8.33 g;	Wartość energetyczna: 2105.99 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 47.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.04 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; W tym cukry: 79.66 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 1879.96 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.69 g; Węglowodany ogółem: 256.22 g; W tym cukry: 54.29 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 2138.77 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 315.87 g; W tym cukry: 61.44 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 10.94 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-29 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Hummus paprykowy + 60 g (SEZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) 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 40 g Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	kasza kukurydziana na mleku z syropem malinowym 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy panierowany + 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z selera + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Schab gotowany + 90 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z selera + 350 ml (SOJ, MLE, SEL.) Schab gotowany + 90 g Sos własny dieta + 100 g (SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)		
	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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 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.) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Pomidor 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 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.) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Pomidor 100 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (MLE.) Pomidor 100 g
	PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2147.51 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 43.95 g; Kw. tł. nasy.: 13.67 g; Węglowodany ogółem: 352.51 g; W tym cukry: 84.04 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 11.86 g;	Wartość energetyczna: 2224.88 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 38.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.87 g; Węglowodany ogółem: 362.76 g; W tym cukry: 95.12 g; Błonnik pok.: 22.07 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2261.47 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; W tym cukry: 95.02 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 1830.99 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 45.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 258.02 g; W tym cukry: 56.71 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 11.02 g;	Wartość energetyczna: 2095.56 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 42.52 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; W tym cukry: 60.45 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 12.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-30 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta warzywna + 80 g (SEL.) 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.) Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowo-śmietanowy z wanilią dieta + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowo-śmietanowy z wanilią dieta + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Leczo warzywno-śmietanowe z tofu + 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sos pomidorowy + 100 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Fasolka szparagowa zielona + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Ryż na sypko (brązowy) 200 g	Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowo-śmietanowy z wanilią dieta + 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (MLE, GOR, SO2.) 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 Mix sałat z pomidorkami i dressingiem + 100 g (GOR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (MLE.) Mix sałat z pomidorkami i dressingiem + 100 g (GOR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (MLE, GOR, SO2.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mix sałat z pomidorkami i dressingiem + 100 g (GOR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 80 g (MLE, GOR, SO2.) 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 Mix sałat z pomidorkami i dressingiem + 100 g (GOR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2036.38 kcal; Białko ogółem: 83.29 g; Tłuszcz: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; Węglowodany ogółem: 315.76 g; W tym cukry: 83.55 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2050.98 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 50.11 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 323.73 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 19.93 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2294.55 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 300.01 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sól: 13.70 g;	Wartość energetyczna: 1956.68 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; W tym cukry: 61.12 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 10.92 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2024-12-31 wtorek	Śniadanie	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.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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.) 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 Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 50 g (MLE.)		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.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 50 g (MLE.)	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.) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 50 g (MLE.)
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos śmietanowy z ziołami + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos śmietanowy z ziołami + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos śmietanowy wegański dieta + 100 g (SOJ.) Buraki gotowane słupki + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos śmietanowy z ziołami + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z rzepy białej i jabłka b/c + 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kluski śląskie + 200 g (JAJ.) Zrazik wieprzowy pieczony + 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos śmietanowy z ziołami + 100 g (GLU PSZ, MLE.) Buraki gotowane słupki + 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 Twarożek + 50 g (MLE.) Pasta z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 60 g (JAJ, RYB, GOR.) Warzywa po grecku + 100 g (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek + 50 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Warzywa po grecku + 100 g (SEL.)		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek + 50 g (MLE.) Pasta z makreli z ogórkiem konserwowym, groszkiem i cebulą + 60 g (JAJ, RYB, GOR.) Warzywa po grecku + 100 g (SEL.)	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 Twarożek + 50 g (MLE.) Pasta z miruny gotowanej z warzywami + 60 g (RYB, SEL.) Warzywa po grecku + 100 g (SEL.)
	PN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	
		Wartość energetyczna: 2549.07 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 94.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; W tym cukry: 74.67 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 13.28 g;	Wartość energetyczna: 2414.31 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; W tym cukry: 83.88 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2310.46 kcal; Białko ogółem: 102.69 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; Węglowodany ogółem: 341.02 g; W tym cukry: 83.44 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 10.91 g;	Wartość energetyczna: 2387.31 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 97.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 282.67 g; W tym cukry: 56.04 g; Błonnik pok.: 36.60 g; Sól: 12.20 g;	Wartość energetyczna: 2264.55 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; W tym cukry: 55.56 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 12.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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	
2025-01-01 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ryż na mleku/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ryż na mleku/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Ryż na mleku/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 90 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g	Ryż na mleku/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidorki koktajlowe 90 g
	Obiad	Zupa krem z kalafiora + 300 ml (SOJ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 90 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z kalafiora + 300 ml (SOJ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 90 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia pieczona + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa grysikowa + 300 g (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 90 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia pieczona + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z kalafiora + 300 ml (SOJ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 90 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)	Zupa krem z kalafiora + 300 ml (SOJ, SEL.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 90 g Sos koperkowy dieta + 100 g (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia pieczona + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Grzanki pszenne + 20 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.)
	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.) Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Sałatka z buraka, szpinaku z serem feta + 150 g (MLE, GOR.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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.) Sałatka z buraka, szpinaku z mozzarelą + 150 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z buraka, szpinaku z serem feta + 150 g (MLE, GOR.)	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 Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z buraka, szpinaku z mozzarelą + 150 g (MLE.)	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 Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka z buraka, szpinaku z mozzarelą + 150 g (MLE.)
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				
		Wartość energetyczna: 2463.88 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 84.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 324.33 g; W tym cukry: 79.77 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sól: 17.78 g;	Wartość energetyczna: 2469.55 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 340.54 g; W tym cukry: 91.98 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sól: 13.10 g;	Wartość energetyczna: 2461.91 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 346.12 g; W tym cukry: 88.93 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 2018.74 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 238.63 g; W tym cukry: 49.52 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 16.75 g;	Wartość energetyczna: 2319.79 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 76.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 311.74 g; W tym cukry: 63.66 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 14.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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	
2025-01-02 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>) Sałata zielona 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Twarożek + 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) kasza kukurydziana na 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek + 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 90 g	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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek + 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 35 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek + 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Woda źródłana n/g 0,5 l 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek + 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z wieprzowiną + 300 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 110 g (<u>SEL</u>) Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 110 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 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 ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 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 Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 150 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
		Wartość energetyczna: 2427.09 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 61.54 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 382.31 g; W tym cukry: 110.83 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 10.43 g;	Wartość energetyczna: 2200.18 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 371.09 g; W tym cukry: 110.96 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2067.20 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 46.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 339.01 g; W tym cukry: 84.58 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 9.43 g;	Wartość energetyczna: 1698.73 kcal; Białko ogółem: 80.27 g; Tłuszcz: 51.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 238.09 g; W tym cukry: 36.70 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sól: 9.83 g;	Wartość energetyczna: 2057.38 kcal; Białko ogółem: 87.12 g; Tłuszcz: 47.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.03 g; Węglowodany ogółem: 331.03 g; W tym cukry: 80.64 g; Błonnik pok.: 32.86 g; Sól: 9.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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	
2025-01-03 piątek	Śniadanie	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko pieczone 150 g Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kakao/p z/c 250 ml (MLE.) Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt	Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (MLE.) Woda źródlana n/g 0,5 l 1 szt Dżem 50 g
	Obiad	Zupa krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ. SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ. SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku + 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ. SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa krem z białych warzyw + 300 ml (SOJ. SEL.) Łosoś pieczony z przyprawami + 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z ogórkiem kiszonym i chilli + 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 jajeczno-brokulowa + 60 g (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Sałata 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 Pasta jajeczno-brokulowa + 60 g (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Sałata 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 Twarożek + 40 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta jajeczno-brokulowa + 60 g (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Sałata 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 Pasta jajeczno-brokulowa + 60 g (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ. JAJ.)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ. JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2423.24 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 69.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 360.14 g; W tym cukry: 97.92 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2432.70 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 357.88 g; W tym cukry: 99.03 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 8.46 g;	Wartość energetyczna: 2302.70 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 13.15 g; Węglowodany ogółem: 350.60 g; W tym cukry: 114.76 g; Błonnik pok.: 25.46 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 1970.46 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 71.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; Węglowodany ogółem: 242.46 g; W tym cukry: 57.29 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2323.90 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 335.84 g; W tym cukry: 70.89 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sól: 11.67 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2025-01-04 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kief drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 40 g (SOJ.) Ser mozzarella 50 g (MLE.) Ketchup 10 g (SEL.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pasta z pieczonych warzyw + 80 g (SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchwi + 80 g (SOJ.)	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 Ser mozzarella 50 g (MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pasta z pieczonych warzyw + 80 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella 50 g (MLE.) Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g Pasta z cukinii i marchwi + 80 g (SOJ.)	
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 110 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 110 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 110 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 ml (SOJ, MLE, SEL.) Potrawka z kurczaka + 110 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) 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.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sałatka z ryżu i brokułów (dieta) + 100 g (MLE, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu i brokułów (dieta) + 100 g (MLE, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Sałatka z ryżu i brokułów (dieta) + 100 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu i brokułów + 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)	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 Sałatka z ryżu i brokułów (dieta) + 100 g (MLE, SEL.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2338.63 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 356.91 g; W tym cukry: 91.07 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 13.61 g;	Wartość energetyczna: 2346.15 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 363.93 g; W tym cukry: 93.89 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 1989.11 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 272.77 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 38.39 g; Sól: 11.06 g;	Wartość energetyczna: 2196.39 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 57.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 335.13 g; W tym cukry: 65.57 g; Błonnik pok.: 34.67 g; Sól: 12.95 g;		

Jadłospisy za okres od dnia 2024-12-23 do dnia 2025-01-05 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
2025-01-05 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.) Twarożek makowy + 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.) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Papryka świeża 90 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% 5 g (MLE.) Twarożek na słodko + 50 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.) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Pomidor 90 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.) Twarożek na słodko + 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Woda źródłana n/g 0,5 l 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 90 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek makowy + 50 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.) Sałata zielona 10 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 źródłana n/g 0,5 l 1 szt Papryka świeża 90 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.) Twarożek na słodko + 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Woda źródłana n/g 0,5 l 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.) Pomidor 90 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos dyniowy + 100 g (MLE.)	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 90 g Sos dyniowy + 100 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 90 g Sos dyniowy + 100 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 90 g Sos dyniowy + 100 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa pieczona w plastry + 90 g Sos dyniowy + 100 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych + 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 wędliną drobiową i natką pietruszki + 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 100 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 wędliną drobiową i natką pietruszki + 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Serek homo naturalny 150g 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 Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 100 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	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 wędliną drobiową i natką pietruszki + 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 100 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2595.16 kcal; Białko ogółem: 116.50 g; Tłuszcz: 91.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 335.81 g; W tym cukry: 93.24 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 11.87 g;	Wartość energetyczna: 2333.88 kcal; Białko ogółem: 118.89 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; W tym cukry: 92.39 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2233.73 kcal; Białko ogółem: 116.07 g; Tłuszcz: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; Węglowodany ogółem: 330.60 g; W tym cukry: 89.47 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 1997.32 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 241.96 g; W tym cukry: 44.26 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 11.67 g;	Wartość energetyczna: 2226.54 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; W tym cukry: 61.94 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 10.96 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,