

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-24 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (SOJ, SEL.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 100 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN		Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)		
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z tłuszczem () 250 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD		Ciasteczka maślane bez cukru 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Wafelki 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Blok drobiowy- wędlina dro. parzona z dodatk mięsa wp 50 g (SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka szkolna- wp. parzona 100 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Miód (25g) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Miód (25g) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2516.54 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 85.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 347.07 g; W tym cukry: 63.37 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 9.30 g;	Wartość energetyczna: 2235.51 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 331.83 g; W tym cukry: 64.33 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2449.31 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; Węglowodany ogółem: 321.04 g; W tym cukry: 27.31 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 3427.08 kcal; Białko ogółem: 111.46 g; Tłuszcz: 138.71 g; Kw. tł. nasy.: 67.80 g; Węglowodany ogółem: 444.28 g; W tym cukry: 62.53 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 13.18 g;	Wartość energetyczna: 2343.11 kcal; Białko ogółem: 119.78 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; W tym cukry: 64.33 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 10.98 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-25 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 55 g (SOJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (SOJ.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 100 g (SOJ.) Pasta warzywna () 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN		Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (SOJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 40 g (SOJ, MLE.)		
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2602.60 kcal; Białko ogółem: 125.19 g; Tłuszcz: 106.80 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 295.07 g; W tym cukry: 61.07 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2442.33 kcal; Białko ogółem: 124.87 g; Tłuszcz: 82.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; Węglowodany ogółem: 309.07 g; W tym cukry: 65.24 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2624.40 kcal; Białko ogółem: 138.30 g; Tłuszcz: 98.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 313.62 g; W tym cukry: 40.93 g; Błonnik pok.: 35.06 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 3387.83 kcal; Białko ogółem: 144.23 g; Tłuszcz: 135.52 g; Kw. tł. nasy.: 63.94 g; Węglowodany ogółem: 412.65 g; W tym cukry: 77.45 g; Błonnik pok.: 35.16 g; Sól: 13.25 g;	Wartość energetyczna: 2539.17 kcal; Białko ogółem: 139.51 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 312.75 g; W tym cukry: 65.66 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 11.47 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa
2024-02-26 poniedziałek	Śniadanie	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE) Twarożek 70 g (MLE) Sałata zielona 20 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 100 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 100 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 20 g (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE)	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Solferino z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD			Sok pomidorowy 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz szczeciński 70 g (RYB, SOJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Brokuł gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz szczeciński 70 g (RYB, SOJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Paprykarz szczeciński 50 g (RYB, SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 100 g (SOJ.) Brokuł gotowany* 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Wartość energetyczna: 2264.52 kcal; Białko ogółem: 70.60 g; Tłuszcz: 59.68 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; Węglowodany ogółem: 373.17 g; W tym cukry: 90.86 g; Błonnik pok.: 30.29 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2099.64 kcal; Białko ogółem: 65.03 g; Tłuszcz: 49.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 357.19 g; W tym cukry: 90.42 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2392.51 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; Węglowodany ogółem: 367.48 g; W tym cukry: 45.25 g; Błonnik pok.: 42.86 g; Sól: 9.26 g;	Wartość energetyczna: 3059.29 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 99.93 g; Kw. tł. nasy.: 52.03 g; Węglowodany ogółem: 472.47 g; W tym cukry: 107.68 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2268.39 kcal; Białko ogółem: 83.57 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 362.49 g; W tym cukry: 91.44 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 9.69 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-27 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 100 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	II ŚN		Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.)		
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos ziołowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Marchew oprószana z olejem () 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD		Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)	Drożdżówka różne 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Wafle ryżowe 20 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Wartość energetyczna: 2417.76 kcal; Białko ogółem: 112.63 g; Tłuszcz: 71.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; W tym cukry: 67.43 g; Błonnik pok.: 28.13 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2360.76 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 339.78 g; W tym cukry: 71.40 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2534.00 kcal; Białko ogółem: 132.56 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 331.60 g; W tym cukry: 38.69 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 3729.96 kcal; Białko ogółem: 142.67 g; Tłuszcz: 128.75 g; Kw. tł. nasy.: 64.77 g; Węglowodany ogółem: 514.38 g; W tym cukry: 67.76 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 12.70 g;	Wartość energetyczna: 2417.47 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 340.95 g; W tym cukry: 71.40 g; Błonnik pok.: 25.25 g; Sól: 8.75 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-28 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 100 g (SOJ, SEL.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)		
	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany z udźca 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 200 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet drobiowy panierowany z udźca 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 200 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Dynia z wody z dodatkiem ziół* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2461.41 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; Węglowodany ogółem: 365.40 g; W tym cukry: 77.48 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 9.37 g;	Wartość energetyczna: 2243.55 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; Węglowodany ogółem: 351.74 g; W tym cukry: 80.03 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 8.51 g;	Wartość energetyczna: 2419.38 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; Węglowodany ogółem: 349.44 g; W tym cukry: 46.38 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sól: 9.78 g;	Wartość energetyczna: 3215.21 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 108.53 g; Kw. tł. nasy.: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 451.20 g; W tym cukry: 87.77 g; Błonnik pok.: 27.36 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2346.37 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; Węglowodany ogółem: 354.34 g; W tym cukry: 80.03 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 10.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa	
2024-02-29 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasztecik z ciecierzycy() 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Pasztecik z ciecierzycy() 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 100 g Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 20 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 40 g (MLE.)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pelnoziarnisty 250 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 300 ml	
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		
	Kolacja	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 100 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2480.25 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; Węglowodany ogółem: 355.47 g; W tym cukry: 69.91 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2372.57 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 345.73 g; W tym cukry: 69.60 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2569.95 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 81.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 357.50 g; W tym cukry: 49.21 g; Błonnik pok.: 40.25 g; Sól: 9.03 g;	Wartość energetyczna: 3343.45 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz: 118.35 g; Kw. tł. nasy.: 49.92 g; Węglowodany ogółem: 470.16 g; W tym cukry: 89.92 g; Błonnik pok.: 33.62 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2510.37 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 348.02 g; W tym cukry: 70.02 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sól: 10.66 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa
2024-03-01 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt		Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Pomarańcza 250g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Twarożek 70 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 70 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 100 g (SOJ.) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 20 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE.)	Biskopki b/m 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 100 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Pomidor 80 g
PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Rogal maślany 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2652.25 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 393.37 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2469.80 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.51 g; Węglowodany ogółem: 392.27 g; W tym cukry: 126.90 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 8.49 g;	Wartość energetyczna: 2303.66 kcal; Białko ogółem: 118.28 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 312.67 g; W tym cukry: 59.45 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sól: 10.06 g;	Wartość energetyczna: 3656.61 kcal; Białko ogółem: 125.69 g; Tłuszcz: 122.46 g; Kw. tł. nasy.: 54.74 g; Węglowodany ogółem: 523.44 g; W tym cukry: 120.66 g; Błonnik pok.: 28.07 g; Sól: 12.18 g;	Wartość energetyczna: 2583.27 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 394.85 g; W tym cukry: 126.90 g; Błonnik pok.: 24.55 g; Sól: 10.79 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa
2024-03-02 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 100 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 2 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek śniadaniowy ze szczyptką 80g 0,5 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek śniadaniowy ze szczyptką 80g 0,5 szt (MLE.)	
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 150 ml	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
	Kolacja	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mandarynka 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Baton szynkowy z kurcząt 100 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Mandarynka 1 szt
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2227.13 kcal; Białko ogółem: 75.67 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; W tym cukry: 67.39 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 7.93 g;	Wartość energetyczna: 2166.79 kcal; Białko ogółem: 72.83 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.00 g; Węglowodany ogółem: 309.44 g; W tym cukry: 59.55 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2498.30 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 351.47 g; W tym cukry: 36.83 g; Błonnik pok.: 33.40 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 3198.93 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 118.76 g; Kw. tł. nasy.: 58.96 g; Węglowodany ogółem: 453.72 g; W tym cukry: 105.12 g; Błonnik pok.: 31.43 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2349.72 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 318.63 g; W tym cukry: 66.31 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sól: 10.16 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa	
2024-03-03 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (SOJ, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Salata zielona 20 g	Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (SOJ, MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (SOJ, MLE.) Salata zielona 20 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (SOJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jabłko 1 szt 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Salata zielona 20 g	Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 70 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 100 g (SOJ, MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Salata zielona 20 g
	II ŚN		Chleb Graham 40 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.)		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD		Maślanka 150 ml (MLE.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pomidor 80 g	Chleb Graham 70 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 100 g (może zawierać: MLE, GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pomidor 80 g
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORŻ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORŻ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (ORŻ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2260.76 kcal; Białko ogółem: 108.13 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 317.25 g; W tym cukry: 77.28 g; Błonnik pok.: 34.22 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2278.38 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 55.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 319.89 g; W tym cukry: 77.19 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2367.80 kcal; Białko ogółem: 128.30 g; Tłuszcz: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 312.82 g; W tym cukry: 47.71 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 3349.46 kcal; Białko ogółem: 135.57 g; Tłuszcz: 107.73 g; Kw. tł. nasy.: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 444.06 g; W tym cukry: 77.61 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sól: 11.71 g;	Wartość energetyczna: 2388.10 kcal; Białko ogółem: 124.09 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 321.14 g; W tym cukry: 77.19 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sól: 10.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-24 do dnia 2024-03-04 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SPECJ 1 Podstawowa	CH- SPECJ 2 Łatwo strawna	CH- SPECJ 6 Z ogr. łatwoprzyw. węglowodanów	CH- SPECJ 9/M Bogatobiałkowa/Bogatokaloryczna	CH- SPECJ 9 Bogatobiałkowa	
2024-03-04 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Warzywa pieczone 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Warzywa pieczone 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Warzywa pieczone 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Warzywa pieczone 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (mintaj) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 70 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Warzywa pieczone 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)
	II ŚN		Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z marchwi i jabłka () drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z marchwi i jabłka () drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PD		Kanapka z szynką (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Drożdżówka różne 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 3 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 70 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		Wartość energetyczna: 2205.55 kcal; Białko ogółem: 71.65 g; Tłuszcz: 73.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 75.43 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sól: 10.34 g;	Wartość energetyczna: 2152.52 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 64.83 g; Kw. tł. nasy.: 12.77 g; Węglowodany ogółem: 323.26 g; W tym cukry: 75.74 g; Błonnik pok.: 29.46 g; Sól: 9.47 g;	Wartość energetyczna: 2447.47 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 83.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 338.59 g; W tym cukry: 42.55 g; Błonnik pok.: 39.73 g; Sól: 11.58 g;	Wartość energetyczna: 3376.47 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 110.68 g; Kw. tł. nasy.: 49.91 g; Węglowodany ogółem: 517.19 g; W tym cukry: 76.62 g; Błonnik pok.: 35.21 g; Sól: 12.42 g;	Wartość energetyczna: 2320.25 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; Węglowodany ogółem: 335.29 g; W tym cukry: 82.64 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sól: 10.77 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,