

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-04 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got. (mintaj) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka () drobno tarta 100 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Brokułowa z ryżem () 350 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 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Brokułowa z ryżem () 350 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 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g
	Kolacja	Sałata zielona 5 g Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Sałata zielona 5 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Sałata zielona 5 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	P.N	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1834.95 kcal; Białko ogółem: 58.97 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 284.66 g; W tym cukry: 53.55 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 1797.48 kcal; Białko ogółem: 61.17 g; Tłuszcz: 55.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 275.48 g; W tym cukry: 55.52 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 1681.50 kcal; Białko ogółem: 61.57 g; Tłuszcz: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 249.49 g; W tym cukry: 44.53 g; Błonnik pok.: 33.98 g; Sól: 6.89 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

CH- SCAN Podstawowa		CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa	
2024-03-05 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Obiad	Solferino z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Dynia z wody z ziołami 100 g	Solferino z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Dynia z wody z ziołami 100 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Pieczыwo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczыwo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
	Wartość energetyczna: 2194.56 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 301.02 g; W tym cukry: 46.26 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2104.76 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 292.47 g; W tym cukry: 49.62 g; Błonnik pok.: 19.07 g; Sól: 6.13 g;	Wartość energetyczna: 2105.58 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 272.01 g; W tym cukry: 22.76 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sól: 7.87 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-06 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Płatki owsiane na mleku/p 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ziemniaki () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Ziemniaki () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Ziemniaki () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2246.07 kcal; Białko ogółem: 79.98 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 34.44 g; Sól: 7.05 g;	Wartość energetyczna: 2090.52 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 52.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; Węglowodany ogółem: 336.53 g; W tym cukry: 78.04 g; Błonnik pok.: 25.95 g; Sól: 5.70 g;	Wartość energetyczna: 2059.92 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 287.77 g; W tym cukry: 56.26 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 8.25 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-07 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Zacierka na mleku/p 150 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 300 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 300 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 300 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Salceson z indykiem z dodatkiem surowców wieprzowych parzony 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Sałata zielona 5 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 77.05 g; Tłuszcz: 67.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 331.43 g; W tym cukry: 47.89 g; Błonnik pok.: 28.84 g; Sól: 6.99 g;	Wartość energetyczna: 2186.43 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 61.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 332.92 g; W tym cukry: 52.83 g; Błonnik pok.: 18.13 g; Sól: 5.10 g;	Wartość energetyczna: 1819.09 kcal; Białko ogółem: 76.28 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; W tym cukry: 28.13 g; Błonnik pok.: 28.10 g; Sól: 6.41 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-08 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Jabłko 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki () 250 g Sałatka z kapusty czerwonej parzonej z olejem () drobno tarta 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 250 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Tilapia) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki () 250 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z kapusty czerwonej parzonej z olejem () drobno tarta 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 250g 1 szt Sałata zielona 5 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>)		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2486.07 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 82.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 351.31 g; W tym cukry: 60.93 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2195.81 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.25 g; Węglowodany ogółem: 318.77 g; W tym cukry: 56.64 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sól: 4.38 g;	Wartość energetyczna: 2196.40 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 75.02 g; Kw. tł. nasy.: 39.68 g; Węglowodany ogółem: 302.17 g; W tym cukry: 63.95 g; Błonnik pok.: 35.83 g; Sól: 5.95 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

CH- SCAN Podstawowa		CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa	
2024-03-09 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g Pasta z fasoli 30 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczynko chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
Wartość energetyczna: 2157.91 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; Węglowodany ogółem: 316.90 g; W tym cukry: 53.63 g; Błonnik pok.: 33.27 g; Sól: 8.69 g;		Wartość energetyczna: 2041.73 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; Węglowodany ogółem: 293.47 g; W tym cukry: 55.26 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 1956.30 kcal; Białko ogółem: 86.55 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 260.48 g; W tym cukry: 35.44 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 7.70 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-10 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki () 200 g Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Salamy kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Wafle ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2620.48 kcal; Białko ogółem: 119.77 g; Tłuszcz: 111.67 g; Kw. tł. nasy.: 47.06 g; Węglowodany ogółem: 297.51 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 28.47 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 2401.57 kcal; Białko ogółem: 121.33 g; Tłuszcz: 89.83 g; Kw. tł. nasy.: 40.99 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; W tym cukry: 57.44 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2361.83 kcal; Białko ogółem: 120.95 g; Tłuszcz: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 41.66 g; Węglowodany ogółem: 267.81 g; W tym cukry: 54.47 g; Błonnik pok.: 33.35 g; Sól: 7.28 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-11 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II śN			Budyń o smaku czekoladowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi () 200 g (<u>MLE.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2100.50 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; W tym cukry: 52.64 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 1982.49 kcal; Białko ogółem: 74.11 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 306.01 g; W tym cukry: 49.31 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 1968.37 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 271.24 g; W tym cukry: 37.18 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sól: 7.17 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-12 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki () 250 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>)	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 250 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Drożdżówka z serem 80g 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2397.21 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 82.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; W tym cukry: 57.75 g; Błonnik pok.: 32.42 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2217.01 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 335.71 g; W tym cukry: 60.99 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1891.11 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 260.55 g; W tym cukry: 38.15 g; Błonnik pok.: 33.84 g; Sól: 6.73 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-13 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB</u> , <u>SOJ</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 60 g (<u>RYB</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 60 g (<u>RYB</u> ,) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u> ,) Surówka z marchwi i chrzanu () drobno tarta 100 g (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u> ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u> ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u> ,) Surówka z marchwi i chrzanu () drobno tarta 100 g (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u> ,) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Twarożek 20 g (<u>MLE</u> ,)
		Wartość energetyczna: 2206.08 kcal; Białko ogółem: 80.97 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 326.07 g; W tym cukry: 48.75 g; Błonnik pok.: 31.22 g; Sól: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 2164.07 kcal; Białko ogółem: 81.33 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 319.18 g; W tym cukry: 50.53 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sól: 4.92 g;	Wartość energetyczna: 2108.02 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 297.41 g; W tym cukry: 35.25 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 6.83 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

CH- SCAN Podstawowa		CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa	
2024-03-14 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z fasoli 60 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 40 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN		Mandarynka 2 szt	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2404.72 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw. tł. nasy.: 45.77 g; Węglowodany ogółem: 328.57 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 31.19 g; Sól: 5.98 g;	Wartość energetyczna: 2138.07 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 293.74 g; W tym cukry: 48.78 g; Błonnik pok.: 16.88 g; Sól: 4.68 g;	Wartość energetyczna: 2043.88 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 273.69 g; W tym cukry: 43.33 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sól: 5.18 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-15 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Mandarynka 2 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Mandarynka 2 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Mandarynka 2 szt jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	II ŚN			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Mintaj panierowany kostka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, GOR.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki () 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 5 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2121.86 kcal; Białko ogółem: 55.89 g; Tłuszcz: 72.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; Węglowodany ogółem: 328.26 g; W tym cukry: 79.52 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2094.47 kcal; Białko ogółem: 66.89 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; W tym cukry: 85.66 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sól: 5.36 g;	Wartość energetyczna: 2096.04 kcal; Białko ogółem: 78.74 g; Tłuszcz: 84.62 g; Kw. tł. nasy.: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 272.33 g; W tym cukry: 51.76 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 7.66 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

CH- SCAN Podstawowa		CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa	
2024-03-16 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Pomidor 50 g jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos z białych warzyw ZSM 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 100 g Kalańior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos z białych warzyw ZSM 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 100 g Kalańior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt		Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
Wartość energetyczna: 2088.26 kcal; Białko ogółem: 69.43 g; Tłuszcz: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 309.27 g; W tym cukry: 48.57 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sól: 8.08 g;		Wartość energetyczna: 2131.88 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 313.64 g; W tym cukry: 61.53 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2113.93 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 279.80 g; W tym cukry: 42.41 g; Błonnik pok.: 32.62 g; Sól: 7.40 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-17 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 300 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 5 g
	PN	Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2267.18 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 47.09 g; Węglowodany ogółem: 291.64 g; W tym cukry: 53.13 g; Błonnik pok.: 38.84 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2067.48 kcal; Białko ogółem: 95.26 g; Tłuszcz: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 271.10 g; W tym cukry: 45.89 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 1838.22 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 57.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; Węglowodany ogółem: 251.02 g; W tym cukry: 47.12 g; Błonnik pok.: 27.99 g; Sól: 6.31 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,