

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-04 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 oślonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oślonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oślonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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.(miruna) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 1917.61 kcal; Białko ogółem: 58.81 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 291.10 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 31.56 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 1918.99 kcal; Białko ogółem: 64.42 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 274.17 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 5.79 g;	Wartość energetyczna: 1825.62 kcal; Białko ogółem: 65.00 g; Tłuszcz: 69.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 251.94 g; W tym cukry: 51.37 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 7.16 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-05 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka 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>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem i ziołami* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z olejem i ziołami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem i ziołami* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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>) Galaretka drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Galaretka drobiowa z ud* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2074.34 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 289.45 g; W tym cukry: 45.29 g; Błonnik pok.: 25.60 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2069.36 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 64.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 285.05 g; W tym cukry: 49.65 g; Błonnik pok.: 18.20 g; Sól: 5.19 g;	Wartość energetyczna: 1918.57 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 241.45 g; W tym cukry: 25.99 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sól: 5.83 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-06 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Mandarynka 2 szt
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Buraczki gotowane () 200 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ćwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Sałatka szwedzka z olejem 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2231.45 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; W tym cukry: 50.28 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 1869.37 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 50.77 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; W tym cukry: 56.86 g; Błonnik pok.: 19.43 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2111.27 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 276.20 g; W tym cukry: 45.17 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 8.55 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-07 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>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>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>)
		Wartość energetyczna: 2081.32 kcal; Białko ogółem: 72.88 g; Tłuszcz: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 313.18 g; W tym cukry: 57.92 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2044.62 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 290.03 g; W tym cukry: 48.40 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 1957.03 kcal; Białko ogółem: 80.54 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 264.41 g; W tym cukry: 36.01 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 5.75 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-08 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomarańcza 250g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g
	II SN			Pomarańcza 250g 1 szt
	Obiad	Krem z dyni () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g
		Wartość energetyczna: 2397.09 kcal; Białko ogółem: 85.37 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 345.56 g; W tym cukry: 83.31 g; Błonnik pok.: 36.62 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2080.86 kcal; Białko ogółem: 80.10 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 305.54 g; W tym cukry: 71.53 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 4.72 g;	Wartość energetyczna: 2030.21 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 76.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 267.12 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 6.20 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-09 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) 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 drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
	II ŚN			jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z białych warzyw z grzankami- dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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>) 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>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 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 Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2060.40 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 301.69 g; W tym cukry: 46.06 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 1985.84 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; Węglowodany ogółem: 290.53 g; W tym cukry: 58.26 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 1861.97 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 243.58 g; W tym cukry: 30.34 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 8.23 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-10 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Salami kiełbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 50 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g 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 z tłuszczem () 200 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Brokuł gotowany* 100 g Surówka Colesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g
		Wartość energetyczna: 2414.73 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 105.02 g; Kw. tł. nasy.: 43.35 g; Węglowodany ogółem: 264.39 g; W tym cukry: 46.96 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 7.56 g;	Wartość energetyczna: 2208.48 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.60 g; Węglowodany ogółem: 253.84 g; W tym cukry: 43.62 g; Błonnik pok.: 19.26 g; Sól: 5.97 g;	Wartość energetyczna: 2153.70 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 88.97 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 236.74 g; W tym cukry: 40.32 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sól: 6.43 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-11 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) 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 Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) 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>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-porzeczkowy* 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Risotto wegetariańskie* 350 g (<u>SEL</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Pasta drobiowo-warzywna ćw z kurczaka () 60 g (<u>SEL</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 1993.70 kcal; Białko ogółem: 61.56 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 307.49 g; W tym cukry: 60.59 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1953.22 kcal; Białko ogółem: 62.13 g; Tłuszcz: 59.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 306.97 g; W tym cukry: 68.03 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 4.85 g;	Wartość energetyczna: 2079.61 kcal; Białko ogółem: 72.09 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 287.05 g; W tym cukry: 50.41 g; Błonnik pok.: 37.46 g; Sól: 6.89 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-12 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml 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>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2091.24 kcal; Białko ogółem: 73.09 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; Węglowodany ogółem: 282.61 g; W tym cukry: 45.47 g; Błonnik pok.: 28.19 g; Sól: 6.94 g;	Wartość energetyczna: 1913.66 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 268.61 g; W tym cukry: 48.48 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 5.62 g;	Wartość energetyczna: 1838.67 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 235.06 g; W tym cukry: 22.06 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 6.00 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-13 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, S02.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 60 g (<u>RYB, SEL.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml 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, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g
		Wartość energetyczna: 2237.62 kcal; Białko ogółem: 76.71 g; Tłuszcz: 88.61 g; Kw. tł. nasy.: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 298.65 g; W tym cukry: 49.63 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2052.50 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz: 69.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 288.96 g; W tym cukry: 43.96 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 4.31 g;	Wartość energetyczna: 2030.09 kcal; Białko ogółem: 79.20 g; Tłuszcz: 74.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 277.23 g; W tym cukry: 41.74 g; Błonnik pok.: 35.56 g; Sól: 5.18 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-14 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g 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>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g 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>) Sos boloński z mięsa wp () 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g
		Wartość energetyczna: 2228.15 kcal; Białko ogółem: 83.78 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; W tym cukry: 46.50 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sól: 5.09 g;	Wartość energetyczna: 2019.35 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 276.04 g; W tym cukry: 42.73 g; Błonnik pok.: 14.52 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 2055.17 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 78.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 269.12 g; W tym cukry: 23.27 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 6.62 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-15 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Mandarynka 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Mandarynka 1 szt
	II ŚN			Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty kiszonej 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 JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 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 JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml 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 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 5 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2235.45 kcal; Białko ogółem: 69.01 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw. tł. nasy.: 34.60 g; Węglowodany ogółem: 312.81 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 29.14 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2027.72 kcal; Białko ogółem: 69.04 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 291.78 g; W tym cukry: 73.71 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sól: 5.12 g;	Wartość energetyczna: 2039.77 kcal; Białko ogółem: 83.51 g; Tłuszcz: 89.45 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 240.53 g; W tym cukry: 28.34 g; Błonnik pok.: 28.66 g; Sól: 7.46 g;

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

		CH- SCAN Podstawowa	CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa
2024-03-16 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 oślonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oślonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/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>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oślonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	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	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane () 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 5 g
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW.</u>)		Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt
		Wartość energetyczna: 1865.52 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 268.72 g; W tym cukry: 49.28 g; Błonnik pok.: 21.39 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 2076.59 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 301.55 g; W tym cukry: 62.80 g; Błonnik pok.: 20.58 g; Sól: 6.15 g;	Wartość energetyczna: 1983.20 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 276.70 g; W tym cukry: 36.75 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 6.70 g;

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

CH- SCAN Podstawowa		CH- SCAN Łatwo strawna	CH- SCAN Cukrzycowa	
2024-03-17 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE₁</u>) Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>) Sałata zielona 5g Rzepa biała 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE₁</u>) Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE₁</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE₁</u>) Południca Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE₁</u>) Sałata zielona 5g Rzepa biała 50 g
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL₁</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL₁</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL₁</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL₁</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL₁</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL₁</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL₁</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (<u>SEL₁</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL₁</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT₁</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE₁</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE₁</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5g	Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE₁</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE₁</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5g	Herbata czarna granulowana b/c 200 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ₁</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE₁</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE₁</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 5g
	PN	Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE₁</u>)		Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE₁, GLU OW₁</u>)
	Wartość energetyczna: 2252.50 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 327.90 g; W tym cukry: 69.16 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 2215.77 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 71.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 312.66 g; W tym cukry: 66.99 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sól: 5.35 g;	Wartość energetyczna: 1902.05 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 254.45 g; W tym cukry: 50.10 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 6.92 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 JEĆCZ - 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,