

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwa strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-20 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem droбно tarta 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem droбно tarta 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem droбно tarta 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Wafel Grzesiek 26g 1 szt (<u>GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.</u>)	Podplomyki b/c 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 1908.55 kcal; Białko ogółem: 68.70 g; Tłuszcz: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 293.63 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2010.15 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 59.18 g; Węglowodany ogółem: 301.26 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2844.46 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 92.59 g; Węglowodany ogółem: 449.43 g; Błonnik pok.: 35.26 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2011.68 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 58.12 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 1268.38 kcal; Białko ogółem: 47.35 g; Tłuszcz: 47.67 g; Węglowodany ogółem: 181.61 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 5.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-21 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 35 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 25 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Solferino z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Dynia z wody z ziołami 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 150 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Marchew surowa drobno tarta 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Marchew surowa drobno tarta 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Marchew surowa drobno tarta 100 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Marchew surowa drobno tarta 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (MLE.)		
		Wartość energetyczna: 2373.04 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 353.96 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2264.81 kcal; Białko ogółem: 100.13 g; Tłuszcz: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 350.40 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sól: 5.68 g;	Wartość energetyczna: 3309.00 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 106.37 g; Węglowodany ogółem: 499.58 g; Błonnik pok.: 32.06 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2381.44 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 71.84 g; Węglowodany ogółem: 355.88 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 1545.78 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 49.64 g; Węglowodany ogółem: 214.23 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 3.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-22 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałatka z pomidora i ogórka z fasolą 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 35 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałatka z pomidora i ogórka z fasolą 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 35 g	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g 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 Kompot z aronii* z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g 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 Kompot z aronii* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g 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 Kompot z aronii* z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2166.88 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 65.46 g; Węglowodany ogółem: 330.76 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 1960.23 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Tłuszcz: 47.50 g; Węglowodany ogółem: 318.71 g; Błonnik pok.: 20.82 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 3339.78 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 103.05 g; Węglowodany ogółem: 494.87 g; Błonnik pok.: 33.20 g; Sól: 12.54 g;	Wartość energetyczna: 2059.92 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 60.01 g; Węglowodany ogółem: 318.56 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1275.77 kcal; Białko ogółem: 60.22 g; Tłuszcz: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 188.69 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 4.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-23 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszena 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Salata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Salata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>) Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Salata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Salata lodowa 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
		Wartość energetyczna: 2027.80 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 47.39 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; Błonnik pok.: 19.68 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2054.60 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 47.57 g; Węglowodany ogółem: 331.77 g; Błonnik pok.: 16.73 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 3044.09 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 85.08 g; Węglowodany ogółem: 493.94 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2134.19 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 1369.22 kcal; Białko ogółem: 64.91 g; Tłuszcz: 44.20 g; Węglowodany ogółem: 191.63 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 3.81 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-24 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem*. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem*. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Szpinak gotowany z olejem*. 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem*. 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem*. 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Salatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt		Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Ciastka zbożowe z kakao i kawałkami czekolady 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ,</u>)	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Arbuz 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Arbuz 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2147.44 kcal; Białko ogółem: 77.13 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 328.28 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2176.68 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 320.73 g; Błonnik pok.: 20.03 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 3110.20 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 487.86 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2155.84 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 66.23 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 1486.83 kcal; Białko ogółem: 69.52 g; Tłuszcz: 61.43 g; Węglowodany ogółem: 180.09 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sól: 3.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwa strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-25 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka 100 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka 100 g	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml			
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Ryż na sypko 200 g	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Wafel Grzesiek 26g 1 szt (<u>GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.</u>)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Salata zielona 35 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 200 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g			
		Wartość energetyczna: 2190.38 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 314.63 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2188.60 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 314.47 g; Błonnik pok.: 20.60 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 3172.30 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 116.40 g; Węglowodany ogółem: 456.01 g; Błonnik pok.: 29.20 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2272.28 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 76.32 g; Węglowodany ogółem: 315.50 g; Błonnik pok.: 24.83 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 1520.78 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 63.53 g; Węglowodany ogółem: 186.27 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 5.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-26 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka, parzony, zawiera dodaną wodę w osłonce niej 25 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2132.32 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 83.95 g; Węglowodany ogółem: 273.85 g; Błonnik pok.: 25.12 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2036.31 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 273.50 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2986.98 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 115.88 g; Węglowodany ogółem: 410.37 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2057.33 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 268.80 g; Błonnik pok.: 23.78 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 1573.40 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 63.01 g; Węglowodany ogółem: 199.84 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 5.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-27 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej z olejem 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 150 g Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek prażonych 200 g Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii* z/c 250 ml	Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek prażonych 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczonego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, S02,</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)		Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)		
		Wartość energetyczna: 2308.69 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 371.34 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2079.13 kcal; Białko ogółem: 65.86 g; Tłuszcz: 43.87 g; Węglowodany ogółem: 362.97 g; Błonnik pok.: 17.30 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 3164.38 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 95.35 g; Węglowodany ogółem: 507.65 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2336.72 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz: 59.65 g; Węglowodany ogółem: 376.97 g; Błonnik pok.: 19.55 g; Sól: 6.46 g;	Wartość energetyczna: 1624.54 kcal; Białko ogółem: 52.30 g; Tłuszcz: 43.97 g; Węglowodany ogółem: 263.23 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sól: 3.46 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-28 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Jarzynowa z grysiem dieta* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Rogal maślan 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki gotowane talarki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Buraczki gotowane talarki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki gotowane talarki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki gotowane talarki 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Buraczki gotowane talarki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 2252.56 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 83.61 g; Węglowodany ogółem: 310.78 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2015.35 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 55.64 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 3069.52 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 103.08 g; Węglowodany ogółem: 466.00 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sól: 9.56 g;	Wartość energetyczna: 2119.49 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 323.68 g; Błonnik pok.: 30.17 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1500.28 kcal; Białko ogółem: 63.46 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 182.73 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 3.59 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-29 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 60 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II śN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Ziemiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemiaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemiaczana * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 200 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2280.58 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 343.13 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2330.79 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 71.14 g; Węglowodany ogółem: 346.72 g; Błonnik pok.: 16.34 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 3214.63 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 109.18 g; Węglowodany ogółem: 470.89 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2282.20 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 71.69 g; Węglowodany ogółem: 343.35 g; Błonnik pok.: 20.74 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 1490.00 kcal; Białko ogółem: 65.85 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 181.69 g; Błonnik pok.: 17.27 g; Sól: 4.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwa strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-30 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Salatka z soczewicy, pomidora, ogórka i sałaty 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Szynka wieprzowa duszona 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
		Wartość energetyczna: 2186.93 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 62.96 g; Węglowodany ogółem: 324.65 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2087.61 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 57.75 g; Węglowodany ogółem: 322.84 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 3058.04 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 88.77 g; Węglowodany ogółem: 458.05 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2057.61 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 57.45 g; Węglowodany ogółem: 322.99 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 1452.40 kcal; Białko ogółem: 85.34 g; Tłuszcz: 49.70 g; Węglowodany ogółem: 179.21 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sól: 3.57 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-31 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u> <u>MLE.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml		Krupnik jęczmienny * 300 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>RYB.</u>) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem drobno tarta 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Miód (25g) 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2274.68 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 75.30 g; Węglowodany ogółem: 338.13 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2302.74 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 72.54 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 3345.70 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 112.29 g; Węglowodany ogółem: 509.55 g; Błonnik pok.: 28.79 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2283.08 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 1492.25 kcal; Białko ogółem: 63.98 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 176.90 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sól: 3.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwa strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-08-01 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Marchew surowa drobno tarta 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 150 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryż na sypko (brązowy) 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt Wafel Grzesiek 26g 1 szt (<u>GLU PSZ, OZI, SOJ, MLE, ORZ.</u>)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek 30 g (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 2019.83 kcal; Białko ogółem: 73.32 g; Tłuszcz: 56.98 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 1949.24 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 50.90 g; Węglowodany ogółem: 312.07 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2841.59 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 87.96 g; Węglowodany ogółem: 455.49 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2101.73 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 58.09 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 1497.40 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 49.50 g; Węglowodany ogółem: 193.90 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 5.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-20 do dnia 2026-08-02 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-08-02 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 35 g	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 35 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 35 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 35 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mizeria 200 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Mizeria 200 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PN			Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (<u>MLE</u>)		
		Wartość energetyczna: 1870.16 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 51.75 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; Błonnik pok.: 19.41 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 1969.68 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 55.28 g; Węglowodany ogółem: 290.83 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sól: 5.39 g;	Wartość energetyczna: 2826.82 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 91.78 g; Węglowodany ogółem: 424.60 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sól: 10.13 g;	Wartość energetyczna: 1929.68 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 291.03 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 1395.26 kcal; Białko ogółem: 76.85 g; Tłuszcz: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 197.87 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 4.95 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,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,