

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-22 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 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 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 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 Sopocka 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 Sopocka 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 Sopocka 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 Sopocka 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 Sopocka 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: 1926.55 kcal; Białko ogółem: 68.70 g; Tłuszcz: 59.50 g; Węglowodany ogółem: 299.38 g; Błonnik pok.: 27.84 g; Sól: 7.95 g;	Wartość energetyczna: 2028.15 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 59.18 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; Błonnik pok.: 22.63 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2857.96 kcal; Białko ogółem: 81.08 g; Tłuszcz: 92.59 g; Węglowodany ogółem: 453.95 g; Błonnik pok.: 35.42 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2029.68 kcal; Białko ogółem: 66.20 g; Tłuszcz: 58.12 g; Węglowodany ogółem: 327.14 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 1286.38 kcal; Białko ogółem: 47.35 g; Tłuszcz: 47.67 g; Węglowodany ogółem: 187.36 g; Błonnik pok.: 27.06 g; Sól: 5.32 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-23 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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>) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 35 g	Kasza jęczmienna 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>) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza jęczmienna 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>) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</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>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 50 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</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>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 25 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Solferino z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Dynam z wody z ziołami 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sztuka mięsa Szyinka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<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 Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Słupki z marchewki 100 g	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>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	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>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	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>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Słupki z marchewki 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 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: 2373.04 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 354.66 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: 350.70 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: 500.28 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: 356.58 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: 214.63 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 3.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-24 środa	Śniadanie	Płatki 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 Salatka z pomidora i ogórka z fasolą 100 g	Płatki 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 Salata zielona 35 g	Płatki 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 Salatka z pomidora i ogórka z fasolą 100 g	Płatki 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 Salata 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>) 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>) 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	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: 2184.88 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 65.46 g; Węglowodany ogółem: 335.71 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 8.12 g;	Wartość energetyczna: 1978.23 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Tłuszcz: 47.50 g; Węglowodany ogółem: 323.66 g; Błonnik pok.: 21.04 g; Sól: 5.73 g;	Wartość energetyczna: 3357.78 kcal; Białko ogółem: 108.08 g; Tłuszcz: 103.05 g; Węglowodany ogółem: 499.82 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sól: 12.54 g;	Wartość energetyczna: 2077.92 kcal; Białko ogółem: 78.55 g; Tłuszcz: 60.01 g; Węglowodany ogółem: 323.51 g; Błonnik pok.: 23.29 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 1293.77 kcal; Białko ogółem: 60.22 g; Tłuszcz: 38.91 g; Węglowodany ogółem: 193.64 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 4.47 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-25 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-pszenna 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 Sałata 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 Sałata 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 Sałata 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>) Sałata 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: 2038.20 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 47.39 g; Węglowodany ogółem: 335.78 g; Błonnik pok.: 19.81 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 2065.00 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 47.57 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; Błonnik pok.: 16.86 g; Sól: 4.94 g;	Wartość energetyczna: 3051.89 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 85.08 g; Węglowodany ogółem: 496.39 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 9.71 g;	Wartość energetyczna: 2144.59 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 52.89 g; Węglowodany ogółem: 353.41 g; Błonnik pok.: 25.36 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 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-26 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: 2165.44 kcal; Białko ogółem: 77.13 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sól: 4.95 g;	Wartość energetyczna: 2194.68 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 325.68 g; Błonnik pok.: 20.25 g; Sól: 4.83 g;	Wartość energetyczna: 3123.70 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 491.58 g; Błonnik pok.: 30.54 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2173.84 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 66.23 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 5.07 g;	Wartość energetyczna: 1504.83 kcal; Białko ogółem: 69.52 g; Tłuszcz: 61.43 g; Węglowodany ogółem: 185.04 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 3.04 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-27 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: 2199.98 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 318.77 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2198.20 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 73.77 g; Węglowodany ogółem: 318.61 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 3179.50 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 116.40 g; Węglowodany ogółem: 459.49 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2281.88 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 76.32 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 1520.78 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 63.53 g; Węglowodany ogółem: 187.47 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sól: 5.68 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-28 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 JECZ.</u>) Słupki z marchewki 100 g	Bułka 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 JECZ.</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>) Słupki z marchewki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 JECZ.</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>) Słupki z marchewki 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 drobnio 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 drobnio 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 drobnio 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 Sałata zielona 35 g	Bułka 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 Sałata 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 Sałata 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>) 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</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 Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2145.30 kcal; Białko ogółem: 88.87 g; Tłuszcz: 83.95 g; Węglowodany ogółem: 278.80 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2049.29 kcal; Białko ogółem: 92.78 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 278.45 g; Błonnik pok.: 21.27 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2995.46 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 115.88 g; Węglowodany ogółem: 414.09 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2070.31 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 273.75 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 7.26 g;	Wartość energetyczna: 1586.38 kcal; Białko ogółem: 76.80 g; Tłuszcz: 63.01 g; Węglowodany ogółem: 204.79 g; Błonnik pok.: 28.12 g; Sól: 5.61 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-29 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ,</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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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 * 400 ml (<u>GLUPSZ, 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: GLUPSZ, SEL, GOR,</u>)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR,</u>) Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, S02,</u>)	Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ,</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>GLUPSZ,</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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ,</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>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Paszтет drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>)				
		Wartość energetyczna: 2319.09 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 374.20 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 6.82 g;	Wartość energetyczna: 2089.53 kcal; Białko ogółem: 65.86 g; Tłuszcz: 43.87 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; Błonnik pok.: 17.43 g; Sól: 4.47 g;	Wartość energetyczna: 3172.18 kcal; Białko ogółem: 84.34 g; Tłuszcz: 95.35 g; Węglowodany ogółem: 509.80 g; Błonnik pok.: 25.03 g; Sól: 10.32 g;	Wartość energetyczna: 2347.12 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz: 59.65 g; Węglowodany ogółem: 379.83 g; Błonnik pok.: 19.68 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 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-06-30 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>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 maślane 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>) Poledwica 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: 2270.56 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 83.61 g; Węglowodany ogółem: 316.03 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 5.89 g;	Wartość energetyczna: 2033.35 kcal; Białko ogółem: 81.70 g; Tłuszcz: 55.64 g; Węglowodany ogółem: 317.44 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 3083.02 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 103.08 g; Węglowodany ogółem: 470.02 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 9.56 g;	Wartość energetyczna: 2137.49 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 66.06 g; Węglowodany ogółem: 328.93 g; Błonnik pok.: 30.39 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 1518.28 kcal; Białko ogółem: 63.46 g; Tłuszcz: 64.91 g; Węglowodany ogółem: 187.68 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sól: 3.59 g;

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-01 środa	Śniadanie	Płatki 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	Płatki 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, SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki 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	Płatki 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, SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		
	Obiad	Ziemniaczana * 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	Ziemniaczana * 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	Ziemniaczana * 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	Ziemniaczana * 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 Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2292.58 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 346.63 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2342.79 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 71.14 g; Węglowodany ogółem: 350.22 g; Błonnik pok.: 16.49 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 3223.63 kcal; Białko ogółem: 103.05 g; Tłuszcz: 109.18 g; Węglowodany ogółem: 473.56 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2294.20 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 71.69 g; Węglowodany ogółem: 346.85 g; Błonnik pok.: 20.89 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 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-02 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> Słupki z marchewki 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> Słupki z marchewki 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: 2196.13 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 62.96 g; Węglowodany ogółem: 327.18 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2096.81 kcal; Białko ogółem: 82.80 g; Tłuszcz: 57.75 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sól: 4.65 g;	Wartość energetyczna: 3064.94 kcal; Białko ogółem: 98.83 g; Tłuszcz: 88.77 g; Węglowodany ogółem: 459.95 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sól: 9.31 g;	Wartość energetyczna: 2066.81 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 57.45 g; Węglowodany ogółem: 325.52 g; Błonnik pok.: 24.16 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 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-03 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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 JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU</u> <u>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 JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU</u> <u>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 JEĆZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem 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</u> <u>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</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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</u> <u>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: 2292.68 kcal; Białko ogółem: 76.92 g; Tłuszcz: 75.30 g; Węglowodany ogółem: 343.38 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 5.44 g;	Wartość energetyczna: 2320.74 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 72.54 g; Węglowodany ogółem: 345.93 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 3359.20 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 112.29 g; Węglowodany ogółem: 513.56 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sól: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 2301.08 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 345.30 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 5.56 g;	Wartość energetyczna: 1510.25 kcal; Białko ogółem: 63.98 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 181.85 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sól: 3.12 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-04 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>) Słupki z marchewki 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>) Słupki z marchewki 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>) Słupki z marchewki 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>) Słupki z marchewki 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 Kociołek 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 Kociołek 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 Kociołek 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>) Połudwica Sopocka 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>) Połudwica Sopocka 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>) Połudwica Sopocka 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>) Połudwica Sopocka 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>) Połudwica Sopocka 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: 2030.23 kcal; Białko ogółem: 73.32 g; Tłuszcz: 56.98 g; Węglowodany ogółem: 324.26 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sól: 7.86 g;	Wartość energetyczna: 1959.64 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 50.90 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; Błonnik pok.: 18.89 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2849.39 kcal; Białko ogółem: 83.06 g; Tłuszcz: 87.96 g; Węglowodany ogółem: 457.63 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 10.85 g;	Wartość energetyczna: 2112.13 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 58.09 g; Węglowodany ogółem: 325.13 g; Błonnik pok.: 25.80 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 2026-06-22 do dnia 2026-07-05 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- DZIE P1 Podstawowa	CH- DZIE P2 Łatwo strawna	CH- DZIE M/Wysokokaloryczna	CH- DZIE M/Hematologiczna	CH- DZIE P8 Ubogoenergetyczna
2026-07-05 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 JECZ.</u>) Salata zielona 35 g	Bułka 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 JECZ.</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 JECZ.</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 JECZ.</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	Bułka 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: 1888.16 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 51.75 g; Węglowodany ogółem: 286.22 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 1987.68 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 55.28 g; Węglowodany ogółem: 296.08 g; Błonnik pok.: 22.11 g; Sól: 5.37 g;	Wartość energetyczna: 2840.32 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 91.78 g; Węglowodany ogółem: 428.61 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 1947.68 kcal; Białko ogółem: 84.75 g; Tłuszcz: 54.88 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 1413.26 kcal; Białko ogółem: 76.85 g; Tłuszcz: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 202.82 g; Błonnik pok.: 23.00 g; Sól: 4.93 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,