

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-08, poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak baby z olejem 60 g Arbuz 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak baby z olejem 60 g Arbuz 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak baby z olejem 60 g Arbuz 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tofu w sosie pomidorowym dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Szpinak baby z olejem 60 g Arbuz 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g
	PN	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Salatka z rzodkiewką () 100 g	Przecier owocowy jabłko 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2433.11 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; Tłuszcz: 76.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 362.64 g; W tym cukry: 107.18 g; Błonnik pok.: 32.32 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2364.82 kcal; Białko ogółem: 80.59 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 356.66 g; W tym cukry: 106.71 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2138.79 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 294.53 g; W tym cukry: 61.59 g; Błonnik pok.: 37.01 g; Sól: 5.46 g;	Wartość energetyczna: 2468.36 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 80.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; W tym cukry: 88.78 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sól: 5.86 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-09 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Sałata zielona 30 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE.)
	II ŚN	Kanapka z jajkiem i sałata (chleb razowy 30g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			
	Obiad	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z pora i jabłka () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Surówka z pora i jabłka () 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw z grzankami . 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 200 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Surówka z pora i jabłka () 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałatka wiosenna () b/c 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałatka wiosenna - diety 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałatka wiosenna () b/c 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałatka wiosenna () b/c 50 g
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2565.79 kcal; Białko ogółem: 102.60 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 377.53 g; W tym cukry: 62.61 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2575.26 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 394.80 g; W tym cukry: 79.91 g; Błonnik pok.: 22.97 g; Sól: 5.55 g;	Wartość energetyczna: 2148.95 kcal; Białko ogółem: 103.78 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 300.16 g; W tym cukry: 25.57 g; Błonnik pok.: 39.70 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2705.60 kcal; Białko ogółem: 127.73 g; Tłuszcz: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 391.76 g; W tym cukry: 47.95 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sól: 6.07 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-10 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 30 g Hummus 20 g (SEZ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 30 g Hummus 20 g (SEZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.) Sałata zielona 30 g Hummus 20 g (SEZ.)
	II ŚN			Brzoskwinia 1 szt 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Pieczarkowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Pulpet drobiowy 130 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek świeży 50 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g,masło 5g,serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)
	Wartość energetyczna: 2128.15 kcal; Białko ogółem: 83.95 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.83 g; Węglowodany ogółem: 310.29 g; W tym cukry: 70.33 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2119.95 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 315.54 g; W tym cukry: 80.12 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 1985.10 kcal; Białko ogółem: 86.69 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 271.56 g; W tym cukry: 27.05 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 8.03 g;	Wartość energetyczna: 2133.39 kcal; Białko ogółem: 98.30 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 303.19 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 6.84 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-11 czwartek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku CHRZ 350 ml (MLE, GLUOW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLUŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser topiony trójkąt 17,5 g 3 szt (MLE.) Pomidor 50 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w ostonce niejedalnej 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku CHRZ 350 ml (MLE, GLUOW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w ostonce niejedalnej 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE.) Pomidor 50 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w ostonce niejedalnej 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku CHRZ 350 ml (MLE, GLUOW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 90 g (MLE.) Pomidor 50 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w ostonce niejedalnej 20 g Pomidor 50 g
	II ŚN	Maślanka 200 ml (MLE.)			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku z kiełbasą Słaską 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE.) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (SEL, GLU JĘCZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa z olejem () 100 g (SEL.)
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Sałatka z pomidora, cebulki i sałaty lodowej 100 g	Banan 1szt. 1 szt
	Wartość energetyczna: 2520.06 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 409.70 g; W tym cukry: 113.04 g; Błonnik pok.: 41.62 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2478.33 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 394.92 g; W tym cukry: 118.08 g; Błonnik pok.: 32.26 g; Sól: 5.84 g;	Wartość energetyczna: 1985.83 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; W tym cukry: 42.60 g; Błonnik pok.: 37.93 g; Sól: 9.49 g;	Wartość energetyczna: 2538.27 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 388.65 g; W tym cukry: 104.04 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 6.89 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Arbuz 200 g Twarożek 20 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 50 g Twarożek 20 g (MLE.) Arbuz 200 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa Kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Szynkowa dębowa drobiowa Kielbasa grubo rozdrobniona 20 g
	II ŚN	Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)			
	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Pulpet rybny (Miruna) 130 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn oprószony z olejem* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 30 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Kanapka z hummusem (chleb razowy 60g, masło 5g, hummus 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2427.59 kcal; Białko ogółem: 80.45 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 366.91 g; W tym cukry: 128.72 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 4.97 g;	Wartość energetyczna: 2382.13 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 370.73 g; W tym cukry: 123.34 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 5.15 g;	Wartość energetyczna: 2164.06 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 276.66 g; W tym cukry: 37.37 g; Błonnik pok.: 31.39 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2444.23 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 86.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.67 g; Węglowodany ogółem: 313.55 g; W tym cukry: 61.91 g; Błonnik pok.: 20.63 g; Sól: 7.29 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-13 sobota	Sniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) 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>) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50 g Tofu 20 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 15 g (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Tofu 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Tofu 20 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Tofu 20 g (<u>SOJ.</u>)
	II ŚN			Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/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>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Ogórek świeży 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Ogórek świeży 50 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2444.20 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 85.41 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 340.41 g; W tym cukry: 86.00 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2152.14 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 63.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 314.12 g; W tym cukry: 82.63 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sól: 7.08 g;	Wartość energetyczna: 2164.04 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 76.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; W tym cukry: 33.09 g; Błonnik pok.: 37.11 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2461.51 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 79.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 340.90 g; W tym cukry: 56.05 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 7.00 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Udko pieczone 1 szt. 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Udko gotowane 1szt. 150 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Udko gotowane 1szt. 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 40 g Sałata zielona 30 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)		Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)
	Wartość energetyczna: 2229.76 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 92.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 254.57 g; W tym cukry: 53.92 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2135.66 kcal; Białko ogółem: 111.23 g; Tłuszcz: 75.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 259.42 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sól: 5.77 g;	Wartość energetyczna: 2382.78 kcal; Białko ogółem: 130.94 g; Tłuszcz: 98.84 g; Kw. tł. nasy.: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 258.05 g; W tym cukry: 31.78 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sól: 7.90 g;	Wartość energetyczna: 2548.75 kcal; Białko ogółem: 123.94 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.74 g; Węglowodany ogółem: 308.86 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sól: 6.75 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-15 poniedziałek	Sniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Owsianka budyniowa z masłem orzechowym, bananem i borówkami z posypką chia 200 g (OZI, MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rzodkiewka 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Owsianka budyniowa z masłem orzechowym, bananem i borówkami z posypką chia 200 g (OZI, MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Rzodkiewka 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Owsianka budyniowa z masłem orzechowym, bananem i borówkami z posypką chia 200 g (OZI, MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiewka 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)
	II ŚN	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)			
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Arbuz 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Arbuz 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g	Kapuśniak z kapusty białej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ.) Surówka żydowska z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 200 g	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Arbuz 200 g Mus z jabłek prażonych 150 g
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (MLE.) Pomidor 50 g
PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)	Surówka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebuli z olejem 100 g	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt (może zawierać: MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2419.66 kcal; Białko ogółem: 76.96 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 395.61 g; W tym cukry: 149.85 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2384.50 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 396.72 g; W tym cukry: 148.40 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sól: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 2259.20 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 78.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 304.26 g; W tym cukry: 68.42 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sól: 8.28 g;	Wartość energetyczna: 2602.29 kcal; Białko ogółem: 94.90 g; Tłuszcz: 64.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 425.95 g; W tym cukry: 156.35 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 5.31 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-16 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) 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 z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Ogórek świeży 50 g Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Ogórek świeży 50 g Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos selerowy 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos selerowy 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos selerowy 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 130 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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>) Szprot w oleju 30 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/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>) Szprot w oleju 30 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. GOR.</u>)
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Kanapka z jajkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	Wartość energetyczna: 2728.21 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 90.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 390.38 g; W tym cukry: 77.78 g; Błonnik pok.: 35.58 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2474.51 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 66.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 384.27 g; W tym cukry: 84.66 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2479.97 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz: 94.55 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 318.72 g; W tym cukry: 30.05 g; Błonnik pok.: 39.60 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2779.61 kcal; Białko ogółem: 125.33 g; Tłuszcz: 85.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 393.25 g; W tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 33.17 g; Sól: 7.44 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-17 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) 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 o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 90 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g
	II ŚN			Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos koperkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Eskalopka z kurczaka 130 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona z kefirem 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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>) Paszтет drobiowy z kurnej półki (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/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>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Piers gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)		Surówka z ogórka kiszzonego i rzodkiewki z olejem () 100 g	Przecier owocowy jabłko-morela 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2227.20 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 317.69 g; W tym cukry: 85.35 g; Błonnik pok.: 20.94 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2058.33 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 319.63 g; W tym cukry: 87.67 g; Błonnik pok.: 17.40 g; Sól: 5.51 g;	Wartość energetyczna: 1761.96 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 56.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 228.71 g; W tym cukry: 27.94 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2247.92 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 299.14 g; W tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 18.99 g; Sól: 6.48 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-18 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Ser żółty 20 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtusty 20 g (MLE.) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 40 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Ser żółty 20 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Ser żółty 20 g (MLE.)
	II ŚN	Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)			
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki i kielbasą 350 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałata zielona 30 g	Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ.)
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2390.38 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 76.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 352.87 g; W tym cukry: 100.20 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2264.39 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 342.94 g; W tym cukry: 87.97 g; Błonnik pok.: 21.20 g; Sól: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2095.56 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 74.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 275.96 g; W tym cukry: 37.83 g; Błonnik pok.: 38.72 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2566.50 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 84.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; W tym cukry: 76.72 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 7.28 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-19 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) 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 60 g (<u>MLE.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Dżem 25 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 90 g (<u>MLE.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt Dżem 25 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE.</u>)			
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Ryba pieczona (Miruna) 130 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna b/c () 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna b/c () 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka wiosenna - diety 50 g
	PN	Drożdżówka mini 2 szt. 70 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)		Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g	Drożdżówka mini 2 szt. 70 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2444.73 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 77.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; W tym cukry: 83.41 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2356.50 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 358.61 g; W tym cukry: 92.48 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sól: 5.16 g;	Wartość energetyczna: 1854.07 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 66.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 238.93 g; W tym cukry: 43.56 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sól: 5.85 g;	Wartość energetyczna: 2427.99 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 73.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 338.77 g; W tym cukry: 69.22 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 5.63 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-20 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 50 g Ser mozzarella kulki 20 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>)	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g Kalańfort gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/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>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)		Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g, masło 5g, serek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2320.68 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 332.19 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sól: 8.17 g;	Wartość energetyczna: 2345.50 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 354.72 g; W tym cukry: 89.20 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2138.66 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 84.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 271.42 g; W tym cukry: 31.37 g; Błonnik pok.: 31.97 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 2416.63 kcal; Białko ogółem: 106.34 g; Tłuszcz: 76.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 339.08 g; W tym cukry: 65.73 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sól: 8.30 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-08 do dnia 2024-07-21 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- 1.Podstawowa	CHRZ- 2.Łatwostrawna	CHRZ- 6.Z wykluczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	CHRZ- C1 Podstawowa Okres Laktacji
2024-07-21 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Hummus 20 g (SEZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z ziołami 60 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 50 g Hummus 20 g (SEZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 50 g Hummus 20 g (SEZ.)
	II ŚN			Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 30g, masło 5g, szynka drobiowa 30g, sałata zielona 5 g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Bitka schabowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem i tłuszczem gotowane () 250 g Bitka schabowa gotowana 100 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Mizeria 200 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Bitka schabowa gotowana 130 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Mizeria 100 g (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 60 g Sałata zielona 30 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.)
		Wartość energetyczna: 2213.58 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 85.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 287.71 g; W tym cukry: 66.12 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sól: 7.40 g;	Wartość energetyczna: 1999.56 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 276.82 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 13.75 g; Sól: 5.48 g;	Wartość energetyczna: 2028.06 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.52 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; W tym cukry: 22.77 g; Błonnik pok.: 24.87 g; Sól: 10.05 g;	Wartość energetyczna: 2549.09 kcal; Białko ogółem: 138.72 g; Tłuszcz: 87.93 g; Kw. tł. nasy.: 45.16 g; Węglowodany ogółem: 307.73 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 17.26 g; Sól: 8.65 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,