

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                         |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-16 poniedziałek | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pasta z twarogu i ryby got. (plamiak) z koperkiem 30 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Szprot w sosie pomidorowym 30 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pasta z twarogu i ryby got. (plamiak) z koperkiem 50 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pasta z twarogu i ryby got. (plamiak) z koperkiem 50 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pasta z twarogu i ryby got. (plamiak) z koperkiem 50 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pasta z twarogu i ryby got. (plamiak) z koperkiem 50 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pasta z twarogu i ryby got. (plamiak) z koperkiem 50 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pasta z twarogu i ryby got. (plamiak) z koperkiem 50 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g |
|                         | II SN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                         | Obiad     | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchewka z groszkiem oprószana*() 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                 | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                       | Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchewka z groszkiem oprószana*() 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                                                                                                                                                 | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchewka z groszkiem oprószana*() 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                        | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchewka z groszkiem oprószana*() 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                                                                                       | Brokułowa z ryżem () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                       | Brokułowa z ryżem () 250 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 150 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                         | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                         | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                         | PN        | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                   |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-17 wtorek | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z gór-wędzonka wieprzowa,wędzona,parzona z wodą dodaną. 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   | Obiad     | Solferino z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                     | Solferino z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Dynia z wody z ziołami 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                              | Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Dynia z wody z ziołami 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Solferino z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Dynia z wody z ziołami 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                | Solferino z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                | Solferino z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Dynia z wody z ziołami 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                              | Solferino z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sztuka mięsa Szynka wieprzowa gotowana 80 g<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Dynia z wody z ziołami 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                               |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g,masło 5g,serek śniadaniowy 25g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                  | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                   | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                  | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                  |
|                   | PN        | Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt<br>Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kanapka z twarogiem WOJ (chleb razowy 65g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                           | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kanapka z twarogiem WOJ (chleb razowy 65g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                  |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                        | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                          | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-18 środa | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb Graham 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) |
|                  | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                            | Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                     | Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                  | Obiad     | Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                      | Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                    | Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                    | Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                    | Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml             | Grysikowa () 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                    | Grysikowa () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                     |
|                  | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Śliwka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                  | Kolacja   | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                     | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                             | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                       | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                             | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                       | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                       |
|                  | PN        | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-19 czwartek | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i cebuli 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka jarzynowa z olejem (*) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem (*) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem (*) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g                                           | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem (*) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem (*) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g  | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem (*) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Salatka jarzynowa z olejem (*) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g |
|                     | II ŚN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                     | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 200 g<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 200 g<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 200 g<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                        | Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 200 g<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Leczo z mięsem drobiowym z indyka dieta () 150 g<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                               |
|                     | PD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Kolacja             | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g | Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>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 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>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 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) | Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )                                                                                                                                                                                    | Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>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 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>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> )                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                     | PN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

| CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa |                                                                                     | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-20 piątek           | Śniadanie                                                                           | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt.<br>Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g |
|                             | II ŚN                                                                               | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                             | Obiad                                                                               | Dyniowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g<br>Pulpet rybny (Plamiak) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                    | Dyniowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g<br>Pulpet rybny (Plamiak) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml     | Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g<br>Pulpet rybny (Plamiak) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                              | Dyniowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Plamiak) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                     | Dyniowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Plamiak) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                       | Dyniowa z makaronem ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Plamiak) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 200 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                | Dyniowa z makaronem ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Plamiak) 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane ( ) 150 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                      |
|                             | PD                                                                                  | Śliwka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Śliwka 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                             | Kolacja                                                                             | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śliwka 150 g                                                                                                                                                                                                      | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śliwka 150 g                                                                                                                                                                                                          | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                       | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śliwka 150 g                                                                                                                                                                                                          | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g                                                                                                                                                                                                                                           |
| PN                          | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt<br>Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                   |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-21 sobota | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb Graham 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> ) |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                   | Obiad     | Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                       | Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                         | Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                      | Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                     | Selerowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                          |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                   | Kolacja   | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> )<br>Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasztet z fasoli () 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                           | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                  | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                              | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                    | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                              | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                    | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                    |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Dżem 25 g 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                            | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Dżem 25 g 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                      |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                              | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-22 niedziela | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka szkolna- wp. parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) |
|                      | II ŚN     | Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      | Obiad     | Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udko pieczone 1 szt. 210 g<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                    | Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                          | Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                  | Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                          | Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                    | Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                          | Rosół z makaronem () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g<br>Udko gotowane 1szt. 210 g<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                           |
|                      | PD        | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                      | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g                                                                                                                                                                          | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g                                                                                                                                                                                                                   | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g                                                                                                                                                                     | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g                                                                                                                                                                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g                                                                                                                                                                     |
|                      | PN        | Wafle ryżowe 20 g<br>Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Banan 1szt. 1 szt<br>Wafle ryżowe 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Jabłko 1 szt 1 szt<br>Wafle ryżowe 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Banan 1szt. 1 szt<br>Wafle ryżowe 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                         |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-23 poniedziałek | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                        | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                 | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) |
|                         | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                             | Ciasto marchewkowe bez cukru-wyr.bisz-tł 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Ciasto marchewkowe bez cukru-wyr.bisz-tł 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                         | Obiad     | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Mus z jabłek () z/c z cynamonem 100 g<br>Sos jogurtowy naturalny 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Ryż na sypko 200 g<br>Sos jogurtowy naturalny 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml<br>Mus z jabłek () z/c z cynamonem 100 g                                                                                                                                       | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                    | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem ()drobno tarta 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                         | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                             | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z truskawkami * 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                              |
|                         | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                         | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Mix sałat 20 g                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Mix sałat 20 g                                                                              | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Mix sałat 20 g | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Mix sałat 20 g                                       | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Mix sałat 20 g | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Mix sałat 20 g                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Mix sałat 20 g                                |
|                         | PN        | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                          | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                   | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |



Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                   |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-24 wtorek | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połączonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce niej 40 g ( <u>MLE</u> ,<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ,) |
|                   | II ŚN     | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                   | Obiad     | Jarzynowa z grysikiem dieta () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Kotlet drobiowy panierowany 80 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jarzynowa z grysikiem dieta () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                | Jarzynowa z grysikiem dieta () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Kotlet drobiowy panierowany 80 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jarzynowa z grysikiem dieta () 350 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                          | Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 80 g<br>Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jarzynowa z grysikiem dieta () 250 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Filet z kurczaka gotowany 60 g<br>Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                      |
|                   | PD        | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                   | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 55 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                               | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                               | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 55 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,<br>Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 55 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Sałatka wiosenna - diety 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   | PN        | Drożdżówka mini 50g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Nektarynka 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Nektarynka 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                  |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                              | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-25 środa | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )           | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) |
|                  | II ŚN     | Biskvity b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                  | Obiad     | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu () drobno tarta 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                            | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                | Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                        | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu () drobno tarta 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                | Ziemniaczana () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                 |
|                  | PD        | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                  | Kolacja   | Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                  | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g                                                                                                                       | Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g               | Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                         | Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                         | Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                         | Kurczak gotowany-dr,produkt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                         |
|                  | PN        | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                     |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-26 czwartek | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Ser mozzarella kulki 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ser mozzarella kulki 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ser mozzarella kulki 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ser mozzarella kulki 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Paszтет z fasoli () 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ser mozzarella kulki 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ser mozzarella kulki 30 g ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>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> )<br>Ser mozzarella kulki 30 g ( <u>MLE.</u> ) |
|                     | II ŚN     | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                     | Obiad     | Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sos boloński z mięsa wp () 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g                                                                                                                                                                                    | Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sos boloński z mięsa wp ()- dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Sos boloński z mięsa wp ()- dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g                                                                                                                                                                                           | Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sos boloński z mięsa wp ()- dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g                                                                                                                                                                        | Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sos boloński z mięsa wp ()- dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g                                                   | Szpinakowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sos boloński z mięsa wp ()- dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sos boloński z mięsa wp ()- dieta 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g                                                                                                                                                                                                                                      |
|                     | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                   | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                     | Kolacja   | Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                  | Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                                | Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                         | Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                   | Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                     | PN        | Pieczыwo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pieczыwo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Pieczыwo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                   |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-27 piątek | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Nektarynka 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Nektarynka 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Nektarynka 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 65 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Nektarynka 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 65 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Nektarynka 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Nektarynka 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                   | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   | Obiad     | Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 80 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                         | Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                 | Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                         | Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                              | Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                      | Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                 | Krupnik jęczmienny () 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g<br>Ryba pieczona (Miruna) 60 g ( <u>RYB.</u> )<br>Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                  |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kanapka z szynką drobiową WOJ (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                      | Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                      | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 60 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sałata zielona 20 g                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                   | PN        | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                   |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                   |                                                               | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-28 sobota | Śniadanie                                                     | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Pomidor 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) |
|                   | II ŚN                                                         | Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                   | Obiad                                                         | Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Buraczki gotowane ( ) 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                             | Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Buraczki gotowane ( ) 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                 | Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Buraczki gotowane ( ) 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                             | Koperkowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Buraczki gotowane ( ) 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                      | Ryżowa ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 200 g<br>Buraczki gotowane ( ) 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Koperkowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Potrawka drobiowa ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko z kurkumą 150 g<br>Buraczki gotowane ( ) 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                     |
|                   | PD                                                            | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                   | Kolacja                                                       | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata strzępiasta zielona 20 g                                                                                                                              | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata strzępiasta zielona 20 g                                                                                                                                                                       | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata strzępiasta zielona 20 g                                                               | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata strzępiasta zielona 20 g                                                                                                                         | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Pomidor 80 g<br>Chleb Graham 130 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata strzępiasta zielona 20 g                                               | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata strzępiasta zielona 20 g                                                                                                                         | Herbata czarna granulowana z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata strzępiasta zielona 20 g                                                                                                                |
| PN                | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Dżem 25 g 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g<br>Dżem 25 g 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

Jadłospisy za okres od dnia 2024-09-16 do dnia 2024-09-29 KUCHNIA CHORZÓW

|                      |           | CH- TYCHY MIEJ 1 Podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CH- TYCHY MIEJ 2 Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CH- TYCHY MIEJ 1000kcal                                                                                                                                                                                                                                                                                  | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca podstawowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | CH- TYCHY MIEJ 6 Z.ogr.łatwoprzys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | CH- TYCHY MIEJ Dziecięca 1-3 mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-09-29 niedziela | Śniadanie | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Kalarepa szatkowana 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pomidor 80 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pomidor 80 g<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pomidor 80 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb Graham 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Kalarepa szatkowana 80 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Sałata zielona 20 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pomidor 80 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) | Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )<br>Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Pomidor 80 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) |
|                      | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                          | Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Maślanka 200 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 250 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                  | Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                              | Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                             | Pomidorowa z zacierką () 350 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Schab gotowany 80 g<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                      | Pomidorowa z zacierką () 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Pulpet wieprzowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )<br>Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () 150 g<br>Fasolka szparagowa z wody* 200 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                                                                            |
|                      | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                      | Kolacja   | Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                              | Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                           | Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                     | Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                             | Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Chleb Graham 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g                                                | Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                             | Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                             |
|                      | PN        | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.</b> )                                                                                                                                                          | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ.</b> )                                                                                                                                                                                                               | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |