Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 75 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml		Krem z dyni z grzankami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Klopsik drobiowy z indyka 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 200 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Krem z dyni z grzankami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 100 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Drożdżówka mini 50g 50 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka z fasoli, ogórka kiszonego i sałaty 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Sałatka z fasoli, ogórka kiszonego i sałaty 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 75 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Twaróg półtłusty 20 g (***MLE,***) Papryka świeża 20 g Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2508.25 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 74.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 389.51 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 38.90 g; Sód: 4771.31 mg;	Wartość energetyczna: 2202.81 kcal; Białko ogółem: 89.51 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 321.59 g; W tym cukry: 57.11 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sód: 3076.06 mg;	Wartość energetyczna: 2115.18 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sód: 2649.96 mg;	Wartość energetyczna: 2019.92 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; Węglowodany ogółem: 286.43 g; W tym cukry: 30.90 g; Błonnik pok.: 37.98 g; Sód: 3023.00 mg;	Wartość energetyczna: 2599.07 kcal; Białko ogółem: 125.13 g; Tłuszcz: 80.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 355.13 g; W tym cukry: 86.75 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sód: 3447.86 mg;	Wartość energetyczna: 1905.25 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 24.87 g; Kw. tł. nasy.: 6.25 g; Węglowodany ogółem: 337.98 g; W tym cukry: 38.13 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sód: 3901.53 mg;	Wartość energetyczna: 2405.81 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 72.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 352.19 g; W tym cukry: 76.21 g; Błonnik pok.: 26.21 g; Sód: 2376.06 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-09-29 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Kalarepa 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 50 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos meksykański z fasolą 100 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 200 g (***GLU PSZ,***) Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek Fromage 40 g (***GLU PSZ, MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Kalarepa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Twarożek z koperkiem 120 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g			Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Pomidor 20 g Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g	Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	
		Wartość energetyczna: 2453.88 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 82.06 g; Kw. tł. nasy.: 38.54 g; Węglowodany ogółem: 356.95 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 34.38 g; Sód: 3449.20 mg;	Wartość energetyczna: 2095.06 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 63.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 297.43 g; W tym cukry: 46.91 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sód: 2242.39 mg;	Wartość energetyczna: 2053.02 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 297.99 g; W tym cukry: 48.20 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sód: 2147.99 mg;	Wartość energetyczna: 2033.52 kcal; Białko ogółem: 100.05 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 273.21 g; W tym cukry: 35.50 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sód: 2577.41 mg;	Wartość energetyczna: 2566.70 kcal; Białko ogółem: 132.64 g; Tłuszcz: 83.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; Węglowodany ogółem: 332.02 g; W tym cukry: 73.23 g; Błonnik pok.: 20.51 g; Sód: 2584.97 mg;	Wartość energetyczna: 1977.13 kcal; Białko ogółem: 102.75 g; Tłuszcz: 27.08 g; Kw. tł. nasy.: 8.03 g; Węglowodany ogółem: 346.24 g; W tym cukry: 46.23 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sód: 2453.99 mg;	Wartość energetyczna: 2337.65 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; Węglowodany ogółem: 338.28 g; W tym cukry: 87.55 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sód: 2219.45 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-09-30 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Ogórek świeży 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Ogórek świeży 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Budyń o smaku waniliowym b/c 250 ml (***MLE,***)			Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kotlet drobiowy panierowany 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml		Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 200 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Marchew oprószana z olejem 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Filet z kurczaka pieczony 100 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kalafior gotowany* 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kalafior gotowany* 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kalafior gotowany* 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Kalafior gotowany* 100 g Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kalafior gotowany* 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***)	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***)	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***)	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)	
		Wartość energetyczna: 2330.23 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 78.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 337.63 g; W tym cukry: 26.37 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sód: 3369.77 mg;	Wartość energetyczna: 2012.07 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 272.25 g; W tym cukry: 32.22 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2290.63 mg;	Wartość energetyczna: 1909.56 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 271.83 g; W tym cukry: 31.95 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 2264.95 mg;	Wartość energetyczna: 2027.63 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; W tym cukry: 48.66 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sód: 2676.74 mg;	Wartość energetyczna: 2366.90 kcal; Białko ogółem: 134.30 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; W tym cukry: 58.53 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sód: 2507.86 mg;	Wartość energetyczna: 1915.38 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 32.96 g; Kw. tł. nasy.: 9.00 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; W tym cukry: 28.79 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sód: 2141.92 mg;	Wartość energetyczna: 2347.82 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 70.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; W tym cukry: 83.47 g; Błonnik pok.: 20.97 g; Sód: 2401.47 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Fasolka po bretońsku 400 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia gotowana z olejem * 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml		Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia gotowana z olejem * 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Ryż na sypko 200 g Cukinia gotowana z olejem * 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 g (***SEL, GLU JĘCZ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Cukinia gotowana z olejem * 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt			Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Pomidor 20 g Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2536.31 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 83.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 390.26 g; W tym cukry: 32.88 g; Błonnik pok.: 43.11 g; Sód: 4501.82 mg;	Wartość energetyczna: 2059.65 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 282.43 g; W tym cukry: 32.74 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2113.66 mg;	Wartość energetyczna: 1984.85 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; Węglowodany ogółem: 282.36 g; W tym cukry: 32.68 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2112.86 mg;	Wartość energetyczna: 2049.43 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; Węglowodany ogółem: 271.92 g; W tym cukry: 29.28 g; Błonnik pok.: 39.17 g; Sód: 2515.90 mg;	Wartość energetyczna: 2519.85 kcal; Białko ogółem: 126.83 g; Tłuszcz: 91.76 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 311.73 g; W tym cukry: 59.04 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2400.01 mg;	Wartość energetyczna: 1944.45 kcal; Białko ogółem: 98.29 g; Tłuszcz: 38.37 g; Kw. tł. nasy.: 9.05 g; Węglowodany ogółem: 316.64 g; W tym cukry: 19.67 g; Błonnik pok.: 20.02 g; Sód: 2300.82 mg;	Wartość energetyczna: 2234.75 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 74.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.21 g; Węglowodany ogółem: 313.94 g; W tym cukry: 65.37 g; Błonnik pok.: 26.47 g; Sód: 2184.26 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g z warzywami (bukiet królewski) 130 g w folii 230 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g z warzywami (bukiet królewski) 130 g w folii 230 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml		Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g z warzywami (bukiet królewski) 130 g w folii 230 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 100 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g z warzywami (bukiet królewski) 130 g w folii 330 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Szpinakowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g z warzywami (bukiet królewski) 130 g w folii 230 g (***RYB,***) Sos cytrynowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Kasza manna z syropem o smaku malinowym 200 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 100 g	Pomidor 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Pomidor 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Pomidor 100 g Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Pomidor 100 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 30 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Twaróg półtłusty 120 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g	Pomidor 100 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)			Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2431.38 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 355.33 g; W tym cukry: 58.19 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sód: 3029.05 mg;	Wartość energetyczna: 2165.61 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 79.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.12 g; Węglowodany ogółem: 283.83 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 17.72 g; Sód: 1981.65 mg;	Wartość energetyczna: 2021.83 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 283.42 g; W tym cukry: 56.20 g; Błonnik pok.: 17.72 g; Sód: 2340.89 mg;	Wartość energetyczna: 1946.38 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 78.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 236.18 g; W tym cukry: 28.91 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sód: 2386.72 mg;	Wartość energetyczna: 2572.86 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 94.80 g; Kw. tł. nasy.: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 309.11 g; W tym cukry: 75.87 g; Błonnik pok.: 17.72 g; Sód: 2205.20 mg;	Wartość energetyczna: 1867.19 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 23.20 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 60.07 g; Błonnik pok.: 22.83 g; Sód: 2559.56 mg;	Wartość energetyczna: 2428.67 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 82.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; W tym cukry: 75.78 g; Błonnik pok.: 18.22 g; Sód: 2045.58 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Parówki cieszynki- wędz. wp. homog. wędz. parz 100 g (***SOJ, SEL,***) Ketchup 10 g (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Kalafior gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Kalafior gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Kalafior gotowany* 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Kalafior gotowany* 100 g
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Mięso drobiowe duszone z udźca 100 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem drobno tarta 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Sałatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszonego 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 140 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Serek homo. naturalny 140 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g
	PN	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)	Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Rzodkiew biała 20 g	Wafle ryżowe 30 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***)		Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,***) Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2590.60 kcal; Białko ogółem: 105.45 g; Tłuszcz: 102.09 g; Kw. tł. nasy.: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 335.98 g; W tym cukry: 27.52 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sód: 4404.80 mg;	Wartość energetyczna: 2000.34 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 265.03 g; W tym cukry: 29.91 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sód: 2187.90 mg;	Wartość energetyczna: 1905.02 kcal; Białko ogółem: 95.71 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 258.72 g; W tym cukry: 27.35 g; Błonnik pok.: 21.19 g; Sód: 2269.83 mg;	Wartość energetyczna: 1824.86 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 238.68 g; W tym cukry: 25.57 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sód: 2504.01 mg;	Wartość energetyczna: 2420.46 kcal; Białko ogółem: 129.03 g; Tłuszcz: 83.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 301.58 g; W tym cukry: 56.40 g; Błonnik pok.: 21.11 g; Sód: 2368.99 mg;	Wartość energetyczna: 1867.69 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 30.29 g; Kw. tł. nasy.: 5.31 g; Węglowodany ogółem: 303.23 g; W tym cukry: 20.65 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sód: 3010.07 mg;	Wartość energetyczna: 2353.09 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 329.14 g; W tym cukry: 81.65 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sód: 2307.13 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN							Herbatniki 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml		Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kalarepa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kalarepa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)			Sałata zielona 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 20 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2584.25 kcal; Białko ogółem: 126.04 g; Tłuszcz: 102.28 g; Kw. tł. nasy.: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 313.73 g; W tym cukry: 53.16 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sód: 3825.03 mg;	Wartość energetyczna: 2252.66 kcal; Białko ogółem: 122.98 g; Tłuszcz: 87.01 g; Kw. tł. nasy.: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 256.38 g; W tym cukry: 55.78 g; Błonnik pok.: 17.28 g; Sód: 2354.45 mg;	Wartość energetyczna: 2217.38 kcal; Białko ogółem: 125.51 g; Tłuszcz: 81.78 g; Kw. tł. nasy.: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 256.83 g; W tym cukry: 57.07 g; Błonnik pok.: 17.28 g; Sód: 2218.45 mg;	Wartość energetyczna: 2218.01 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 94.79 g; Kw. tł. nasy.: 43.12 g; Węglowodany ogółem: 240.39 g; W tym cukry: 30.79 g; Błonnik pok.: 30.09 g; Sód: 3381.55 mg;	Wartość energetyczna: 2426.66 kcal; Białko ogółem: 129.28 g; Tłuszcz: 90.01 g; Kw. tł. nasy.: 41.94 g; Węglowodany ogółem: 285.68 g; W tym cukry: 82.08 g; Błonnik pok.: 17.28 g; Sód: 2448.95 mg;	Wartość energetyczna: 2115.76 kcal; Białko ogółem: 122.43 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.21 g; Węglowodany ogółem: 300.03 g; W tym cukry: 53.86 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sód: 2421.04 mg;	Wartość energetyczna: 2117.28 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; Węglowodany ogółem: 296.42 g; W tym cukry: 78.83 g; Błonnik pok.: 17.67 g; Sód: 2317.65 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 70 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Biszkopty b/ml 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z warzywami i tofu* 400 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml			Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Risotto z warzywami i tofu* 400 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z warzywami i tofu* 400 g (***SOJ, SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							Serek homo owocowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z papryką 70 g (***MLE,***) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z papryką 70 g (***MLE,***) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Warzywa pieczone 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Warzywa pieczone 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt			Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Rzodkiew biała 20 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2391.37 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 367.61 g; W tym cukry: 39.21 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sód: 3298.51 mg;	Wartość energetyczna: 2281.98 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 309.95 g; W tym cukry: 41.65 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sód: 2249.79 mg;	Wartość energetyczna: 2207.18 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 77.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 309.88 g; W tym cukry: 41.59 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sód: 2248.99 mg;	Wartość energetyczna: 1828.46 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 259.93 g; W tym cukry: 29.42 g; Błonnik pok.: 36.74 g; Sód: 2506.60 mg;	Wartość energetyczna: 2532.65 kcal; Białko ogółem: 140.93 g; Tłuszcz: 78.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 328.71 g; W tym cukry: 63.06 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sód: 2346.74 mg;	Wartość energetyczna: 2056.53 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 46.09 g; Kw. tł. nasy.: 4.82 g; Węglowodany ogółem: 337.02 g; W tym cukry: 28.48 g; Błonnik pok.: 30.36 g; Sód: 3117.08 mg;	Wartość energetyczna: 2703.48 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 93.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 377.95 g; W tym cukry: 41.65 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sód: 2273.79 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Buraczki gotowane plastry 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Budyń o smaku śmietankowym b/c 250 ml (***MLE,***)			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem.* 150 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml		Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 240 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem.* 150 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Szpinak gotowany z olejem.* 200 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Szpinak gotowany z olejem.* 150 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (***RYB, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g
	PN	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Papryka świeża 20 g Twaróg półtłusty 20 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***)	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2841.03 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 102.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 396.86 g; W tym cukry: 47.65 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sód: 3841.28 mg;	Wartość energetyczna: 2445.05 kcal; Białko ogółem: 101.02 g; Tłuszcz: 91.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; W tym cukry: 43.77 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sód: 2754.88 mg;	Wartość energetyczna: 2172.31 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 300.14 g; W tym cukry: 45.75 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sód: 2450.96 mg;	Wartość energetyczna: 2367.96 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 313.99 g; W tym cukry: 52.12 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sód: 2953.94 mg;	Wartość energetyczna: 2868.35 kcal; Białko ogółem: 137.97 g; Tłuszcz: 107.08 g; Kw. tł. nasy.: 42.27 g; Węglowodany ogółem: 354.13 g; W tym cukry: 50.30 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sód: 3082.64 mg;	Wartość energetyczna: 1924.42 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 36.28 g; Kw. tł. nasy.: 7.61 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 39.58 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sód: 2716.52 mg;	Wartość energetyczna: 2468.55 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 338.85 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sód: 2689.38 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-07 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 60 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rzodkiew biała 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 60 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)
	II ŚN							Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml		Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 200 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ,***) Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (***GLU PSZ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Serek homo o smaku wanilinowym 140 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo o smaku wanilinowym 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 20 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g			Ogórek świeży 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 20 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 20 g		
		Wartość energetyczna: 2298.91 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 83.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 318.69 g; W tym cukry: 22.83 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sód: 4405.11 mg;	Wartość energetyczna: 1830.33 kcal; Białko ogółem: 91.15 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 250.23 g; W tym cukry: 32.72 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sód: 2316.39 mg;	Wartość energetyczna: 1755.53 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 47.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 250.16 g; W tym cukry: 32.66 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sód: 2315.59 mg;	Wartość energetyczna: 1825.89 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 229.98 g; W tym cukry: 19.53 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sód: 3667.89 mg;	Wartość energetyczna: 2224.17 kcal; Białko ogółem: 123.78 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 283.64 g; W tym cukry: 59.03 g; Błonnik pok.: 18.41 g; Sód: 2585.61 mg;	Wartość energetyczna: 1785.17 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 25.07 g; Kw. tł. nasy.: 4.27 g; Węglowodany ogółem: 298.11 g; W tym cukry: 29.42 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sód: 2595.53 mg;	Wartość energetyczna: 2041.17 kcal; Białko ogółem: 97.15 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; W tym cukry: 49.36 g; Błonnik pok.: 18.28 g; Sód: 2396.56 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-08 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Śliwka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kalarepa 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 100 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Śliwka 100 g			Budyń o smaku czekoladowym z/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml		Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Rzepa biała 100 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***)
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Pomidor 20 g Twaróg półtłusty 20 g (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 20 g (***MLE,***)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2642.68 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 104.93 g; Kw. tł. nasy.: 43.77 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; W tym cukry: 41.40 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sód: 4337.65 mg;	Wartość energetyczna: 2412.79 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 324.35 g; W tym cukry: 66.53 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sód: 3253.75 mg;	Wartość energetyczna: 2392.63 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 80.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sód: 2376.15 mg;	Wartość energetyczna: 2402.87 kcal; Białko ogółem: 106.19 g; Tłuszcz: 104.71 g; Kw. tł. nasy.: 43.86 g; Węglowodany ogółem: 294.93 g; W tym cukry: 45.98 g; Błonnik pok.: 43.48 g; Sód: 2697.98 mg;	Wartość energetyczna: 2886.60 kcal; Białko ogółem: 131.66 g; Tłuszcz: 104.49 g; Kw. tł. nasy.: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 370.16 g; W tym cukry: 95.21 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 3251.17 mg;	Wartość energetyczna: 2107.38 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 33.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.16 g; Węglowodany ogółem: 355.83 g; W tym cukry: 52.69 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sód: 3377.16 mg;	Wartość energetyczna: 2729.79 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 89.77 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 385.71 g; W tym cukry: 121.78 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sód: 2552.75 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek 160 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Twarożek 70 g (***MLE,***) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Warzywa pieczone (brokuł, kalafior, cukinia, marchew) z ziołami 100 g
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 250 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml		Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 200 g (***RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (***SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryba pieczona (Morszczuk) w folii 100 g (***RYB,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Serek homo owocowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor b/skórki 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 100 g
	PN	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)			Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2408.98 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 328.45 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 22.56 g; Sód: 3402.77 mg;	Wartość energetyczna: 2215.77 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 84.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 280.30 g; W tym cukry: 62.22 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sód: 1983.65 mg;	Wartość energetyczna: 2065.56 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 279.64 g; W tym cukry: 62.04 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sód: 2225.29 mg;	Wartość energetyczna: 1889.23 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 79.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 225.09 g; W tym cukry: 23.84 g; Błonnik pok.: 25.31 g; Sód: 2488.49 mg;	Wartość energetyczna: 2708.74 kcal; Białko ogółem: 153.64 g; Tłuszcz: 100.76 g; Kw. tł. nasy.: 41.81 g; Węglowodany ogółem: 306.46 g; W tym cukry: 87.68 g; Błonnik pok.: 17.33 g; Sód: 2246.70 mg;	Wartość energetyczna: 1898.25 kcal; Białko ogółem: 96.88 g; Tłuszcz: 36.46 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; Węglowodany ogółem: 311.93 g; W tym cukry: 46.01 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sód: 2601.52 mg;	Wartość energetyczna: 2496.08 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 88.25 g; Kw. tł. nasy.: 37.79 g; Węglowodany ogółem: 328.42 g; W tym cukry: 78.51 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sód: 1964.73 mg;

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 100 g (***SOJ, SEL,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Gulasz z żołądków drobiowych* 200 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) kasza pęczak/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml		Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) kasza pęczak/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c drobno tarta 100 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Słupki z marchewki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 120 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Twaróg półtłusty 120 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)			Pomidor 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 30 g (***GLU PSZ,***) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2566.49 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 100.20 g; Kw. tł. nasy.: 42.59 g; Węglowodany ogółem: 343.91 g; W tym cukry: 47.36 g; Błonnik pok.: 40.48 g; Sód: 4048.04 mg;	Wartość energetyczna: 1955.13 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 270.39 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sód: 2100.97 mg;	Wartość energetyczna: 1880.33 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 270.32 g; W tym cukry: 45.81 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sód: 2100.17 mg;	Wartość energetyczna: 1936.96 kcal; Białko ogółem: 93.42 g; Tłuszcz: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 276.18 g; W tym cukry: 35.02 g; Błonnik pok.: 42.98 g; Sód: 2576.05 mg;	Wartość energetyczna: 2338.91 kcal; Białko ogółem: 129.42 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 307.50 g; W tym cukry: 75.17 g; Błonnik pok.: 26.69 g; Sód: 2669.70 mg;	Wartość energetyczna: 1877.83 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 31.15 g; Kw. tł. nasy.: 11.60 g; Węglowodany ogółem: 306.53 g; W tym cukry: 37.25 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sód: 2441.03 mg;	Wartość energetyczna: 2290.88 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 333.59 g; W tym cukry: 97.12 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 2211.80 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-09-28 do dnia 2026-10-11 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- KK D01 Podstawowa	CH- KK D02 Łatwo strawna	CH- KK Łatwo str.z ogr.sub.pobudz.wydz.soków żołądkowych	CH- KK D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	CH- KK D07 Bogatobiałkowa	CH- KK D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	CH- KK P02 Łatwo strawna dziecięca
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Biszkopty b/ml 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Kapusta biała gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml		Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kapusta biała gotowana z olejem 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 200 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Bulion warzywny z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser topiony 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 100 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor b/skórki 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twarożek z koperkiem 70 g (***MLE,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 20 g Wafle ryżowe 30 g			Sałata zielona 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 20 g	Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 20 g Wafle ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2596.51 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Tłuszcz: 92.40 g; Kw. tł. nasy.: 36.80 g; Węglowodany ogółem: 361.41 g; W tym cukry: 44.20 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sód: 3696.90 mg;	Wartość energetyczna: 1977.33 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 269.46 g; W tym cukry: 39.44 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sód: 2090.45 mg;	Wartość energetyczna: 2021.53 kcal; Białko ogółem: 107.32 g; Tłuszcz: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 298.24 g; W tym cukry: 63.23 g; Błonnik pok.: 20.16 g; Sód: 2088.65 mg;	Wartość energetyczna: 1772.42 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 250.80 g; W tym cukry: 41.69 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sód: 2397.26 mg;	Wartość energetyczna: 2344.83 kcal; Białko ogółem: 146.64 g; Tłuszcz: 66.08 g; Kw. tł. nasy.: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 298.76 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 19.76 g; Sód: 2338.20 mg;	Wartość energetyczna: 1911.13 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 20.97 g; Kw. tł. nasy.: 5.35 g; Węglowodany ogółem: 340.87 g; W tym cukry: 62.31 g; Błonnik pok.: 24.12 g; Sód: 2380.09 mg;	Wartość energetyczna: 2414.33 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 353.26 g; W tym cukry: 85.94 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sód: 2159.95 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

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