Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 70 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 80 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 75 g Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 50 g Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Budyń o smaku waniliowym z/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z selera i jabłka z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 240 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (***JAJ,***) Sos koperkowy * 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (łosoś) z natką pietruszki 70 g (***RYB, MLE,***) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pasta z twarogu i ryby got. (łosoś) z natką pietruszki 70 g (***RYB, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pasta z twarogu i ryby got. (łosoś) z natką pietruszki 70 g (***RYB, MLE,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (łosoś) z natką pietruszki 80 g (***RYB, MLE,***) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pasta z twarogu i ryby got. (łosoś) z natką pietruszki 70 g (***RYB, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pasta z twarogu i ryby got. (łosoś) z natką pietruszki 70 g (***RYB, MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (łosoś) z natką pietruszki 70 g (***RYB, MLE,***) Sałata zielona 30 g 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,***) Rzepa biała 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,***)		
		Wartość energetyczna: 2239.44 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.22 g; Węglowodany ogółem: 331.07 g; W tym cukry: 37.87 g; Błonnik pok.: 30.58 g; Sód: 4547.11 mg;	Wartość energetyczna: 2041.64 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 74.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 273.40 g; W tym cukry: 41.48 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sód: 2811.50 mg;	Wartość energetyczna: 2094.38 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 40.69 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sód: 2604.79 mg;	Wartość energetyczna: 1741.59 kcal; Białko ogółem: 82.45 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 233.44 g; W tym cukry: 28.88 g; Błonnik pok.: 30.96 g; Sód: 3793.55 mg;	Wartość energetyczna: 2537.92 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 315.99 g; W tym cukry: 61.43 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sód: 3534.07 mg;	Wartość energetyczna: 1958.35 kcal; Białko ogółem: 97.85 g; Tłuszcz: 37.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.53 g; Węglowodany ogółem: 326.11 g; W tym cukry: 41.86 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sód: 2883.58 mg;	Wartość energetyczna: 2360.96 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 39.87 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; W tym cukry: 86.97 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sód: 2746.54 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-10 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Papryka świeża 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 50 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 75 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Mus z jabłek prażonych 100 g	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,***) 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,***)			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)
	Obiad	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 200 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Dynia z wody z ziołami 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos szpinakowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Dynia z wody z ziołami 150 g 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,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Ogórek świeży 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,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) 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,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Ogórek świeży 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 100 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) 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 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Dżem 25 g 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 20 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 Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g		
		Wartość energetyczna: 2354.18 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 345.44 g; W tym cukry: 40.29 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sód: 3437.96 mg;	Wartość energetyczna: 2199.29 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; W tym cukry: 43.05 g; Błonnik pok.: 20.83 g; Sód: 2372.76 mg;	Wartość energetyczna: 1965.02 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 49.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 288.88 g; W tym cukry: 46.64 g; Błonnik pok.: 20.33 g; Sód: 2202.06 mg;	Wartość energetyczna: 1960.81 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 259.67 g; W tym cukry: 29.25 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sód: 2618.49 mg;	Wartość energetyczna: 2709.94 kcal; Białko ogółem: 145.65 g; Tłuszcz: 94.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.51 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 70.33 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sód: 2720.14 mg;	Wartość energetyczna: 2003.77 kcal; Białko ogółem: 107.20 g; Tłuszcz: 25.37 g; Kw. tł. nasy.: 6.40 g; Węglowodany ogółem: 347.18 g; W tym cukry: 47.38 g; Błonnik pok.: 20.52 g; Sód: 2656.16 mg;	Wartość energetyczna: 2418.87 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 71.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 346.84 g; W tym cukry: 93.31 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sód: 2541.87 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
2026-11-11 środa	Śniadanie	Owsianka budyniowa z bananem i posypką z nasion chia 200 g (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z fasoli 70 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Owsianka budyniowa z bananem i posypką z nasion chia 200 g (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 50 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,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Owsianka budyniowa z bananem i posypką z nasion chia 200 g (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 50 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Pomidor 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,***) Kiełbaski śląskie z kurcząt 100 g (***może zawierać: GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Owsianka budyniowa z bananem i posypką z nasion chia 200 g (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 50 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,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Filet zapiekany drobiowy 80 g (***MLE,***) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Owsianka budyniowa z bananem i posypką z nasion chia 200 g (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenna długa krojona 50 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,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml			Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 240 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Grysikowa * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 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,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 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% 15 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 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,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) 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 a`la homogenizowany z ziołami 120 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,***) Serek a`la homogenizowany z ziołami 70 g (***MLE,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Rzepa biała 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2133.23 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 325.11 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sód: 3329.30 mg;	Wartość energetyczna: 1905.30 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 261.23 g; W tym cukry: 60.45 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2899.35 mg;	Wartość energetyczna: 1826.06 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 49.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 268.92 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sód: 1931.43 mg;	Wartość energetyczna: 1953.61 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 80.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 236.97 g; W tym cukry: 28.49 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sód: 3187.30 mg;	Wartość energetyczna: 2329.30 kcal; Białko ogółem: 132.79 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.01 g; Węglowodany ogółem: 290.53 g; W tym cukry: 86.75 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 3253.55 mg;	Wartość energetyczna: 1820.20 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 26.78 g; Kw. tł. nasy.: 8.18 g; Węglowodany ogółem: 302.31 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 20.57 g; Sód: 2584.61 mg;	Wartość energetyczna: 2092.13 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 300.70 g; W tym cukry: 90.29 g; Błonnik pok.: 21.23 g; Sód: 2194.02 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
2026-11-12 czwartek	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 twarogu i cebuli 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 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,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 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,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 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,***) Pasta z twarogu i cebuli 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,***) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Brokuł gotowany* 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (***MLE,***)
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami i kiełbaską* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Leczo z mięsem drobiowym z indyka - dieta * 300 g Surówka z marchwi i selera z olejem drobno tarta 150 g (***SEL,***) 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,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	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 Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	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 Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***)	Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt			Sałata lodowa 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2227.21 kcal; Białko ogółem: 81.16 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 350.00 g; W tym cukry: 35.62 g; Błonnik pok.: 35.39 g; Sód: 3423.65 mg;	Wartość energetyczna: 1885.47 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 292.32 g; W tym cukry: 37.81 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sód: 2040.28 mg;	Wartość energetyczna: 1786.17 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 39.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; Węglowodany ogółem: 295.07 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sód: 1878.11 mg;	Wartość energetyczna: 1781.86 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 269.46 g; W tym cukry: 34.02 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sód: 2529.04 mg;	Wartość energetyczna: 2484.04 kcal; Białko ogółem: 130.24 g; Tłuszcz: 85.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.30 g; Węglowodany ogółem: 312.06 g; W tym cukry: 60.94 g; Błonnik pok.: 20.98 g; Sód: 2373.05 mg;	Wartość energetyczna: 2138.44 kcal; Białko ogółem: 120.43 g; Tłuszcz: 43.92 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 330.23 g; W tym cukry: 31.39 g; Błonnik pok.: 19.42 g; Sód: 2393.23 mg;	Wartość energetyczna: 2239.62 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; W tym cukry: 79.24 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sód: 2151.16 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-13 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,***) Pomidor 100 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, 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,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 75 g 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,***) Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 100 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (***MLE,***)
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g z warzywami (bukiet królewski) 130g w folii 230 g (***RYB,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g z warzywami (bukiet królewski) 130g w folii 230 g (***RYB,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem*. 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml		Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g z warzywami (bukiet królewski) 130g w folii 230 g (***RYB,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka z kapusty czerwonej gotowanej z olejem () 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g z warzywami (bukiet królewski) 130g w folii 330 g (***RYB,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem*. 150 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba gotowana (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem*. 150 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g z warzywami (bukiet królewski) 130g w folii 230 g (***RYB,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem*. 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Kisiel o smaku cytrynowym 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,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Śliwka 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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,***) 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,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 30 g Twaróg półtłusty 100 g (***MLE,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) 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,***) Dżem o obniżonej zawartości cukru. 60 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Kalafior gotowany* 100 g
	PN	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)			Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Ogórek świeży 20 g Twarożek 20 g (***MLE,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***)	Rogal maślany 50g. 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2441.57 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 363.70 g; W tym cukry: 66.84 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sód: 3009.57 mg;	Wartość energetyczna: 2210.25 kcal; Białko ogółem: 93.35 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 294.45 g; W tym cukry: 56.64 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sód: 1971.02 mg;	Wartość energetyczna: 2071.69 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 294.74 g; W tym cukry: 56.18 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sód: 2233.86 mg;	Wartość energetyczna: 2072.47 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 80.93 g; Kw. tł. nasy.: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 264.90 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sód: 2564.97 mg;	Wartość energetyczna: 2501.50 kcal; Białko ogółem: 123.51 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 309.69 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 18.47 g; Sód: 2096.87 mg;	Wartość energetyczna: 1945.28 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 25.04 g; Kw. tł. nasy.: 5.05 g; Węglowodany ogółem: 340.53 g; W tym cukry: 45.80 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sód: 2723.66 mg;	Wartość energetyczna: 2428.18 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 80.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 337.14 g; W tym cukry: 87.03 g; Błonnik pok.: 18.50 g; Sód: 2037.64 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
2026-11-14 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	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 Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	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,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***)	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,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	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 Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***SEL,***)	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 Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (***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,***)			Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml			Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 300 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Schab gotowany 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 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 Rzepa biała z czarnuszką 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Sałata zielona 30 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 Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)			Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Sałata zielona 20 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2656.80 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 106.58 g; Kw. tł. nasy.: 43.59 g; Węglowodany ogółem: 353.51 g; W tym cukry: 45.14 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sód: 3255.98 mg;	Wartość energetyczna: 2177.50 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 81.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.25 g; Węglowodany ogółem: 271.76 g; W tym cukry: 48.66 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sód: 2013.45 mg;	Wartość energetyczna: 2102.70 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 271.69 g; W tym cukry: 48.60 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sód: 2012.65 mg;	Wartość energetyczna: 2160.16 kcal; Białko ogółem: 99.95 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.66 g; Węglowodany ogółem: 286.51 g; W tym cukry: 36.59 g; Błonnik pok.: 36.86 g; Sód: 2713.37 mg;	Wartość energetyczna: 2586.93 kcal; Białko ogółem: 138.79 g; Tłuszcz: 95.61 g; Kw. tł. nasy.: 41.23 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; W tym cukry: 75.15 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sód: 2564.94 mg;	Wartość energetyczna: 1954.36 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 36.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.21 g; Węglowodany ogółem: 315.68 g; W tym cukry: 41.67 g; Błonnik pok.: 21.72 g; Sód: 2174.09 mg;	Wartość energetyczna: 2343.50 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 84.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.04 g; Węglowodany ogółem: 299.26 g; W tym cukry: 71.76 g; Błonnik pok.: 23.24 g; Sód: 2131.95 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-15 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 szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Rzodkiew biała 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 szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g Pomidor 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,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka szkolna- wp. parzona 50 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,***) 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,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g 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,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Biszkopty b/ml 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 150 g Kompot z aronii* 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 Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii* 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 białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 150 g Kompot z aronii* 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 Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Bulion warzywny z makaronem nitką* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii* 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 Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 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,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 70 g (***MLE,***) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g Pasztet drobiowy (50g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)	Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Wafle ryżowe 30 g		Mix sałat 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: MLE, GOR,***)	Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: MLE, GOR,***)	Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g (***może zawierać: MLE, GOR,***) Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2768.21 kcal; Białko ogółem: 126.01 g; Tłuszcz: 100.41 g; Kw. tł. nasy.: 38.80 g; Węglowodany ogółem: 358.07 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sód: 3803.35 mg;	Wartość energetyczna: 2408.34 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 298.93 g; W tym cukry: 66.57 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2678.63 mg;	Wartość energetyczna: 2328.23 kcal; Białko ogółem: 125.98 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 298.29 g; W tym cukry: 66.20 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2562.63 mg;	Wartość energetyczna: 2141.37 kcal; Białko ogółem: 126.58 g; Tłuszcz: 88.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.83 g; Węglowodany ogółem: 237.52 g; W tym cukry: 30.13 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sód: 2973.67 mg;	Wartość energetyczna: 2582.34 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 328.23 g; W tym cukry: 92.87 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2773.13 mg;	Wartość energetyczna: 2195.37 kcal; Białko ogółem: 121.25 g; Tłuszcz: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.40 g; Węglowodany ogółem: 336.08 g; W tym cukry: 59.31 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sód: 2684.03 mg;	Wartość energetyczna: 2721.03 kcal; Białko ogółem: 134.30 g; Tłuszcz: 92.04 g; Kw. tł. nasy.: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 353.31 g; W tym cukry: 88.91 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sód: 2633.93 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
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna 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,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej z olejem 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i sałaty lodowej z olejem 100 g	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 70 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Budyń o smaku czekoladowym b/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Klopsik wieprzowy 240 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Udko gotowane 1szt. 210 g Ryż na sypko 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Mus z jabłek prażonych 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml
	PD							Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g (***GLU PSZ, JAJ, S02,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Kalafior 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,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Ogórek świeży 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2527.97 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 76.99 g; Kw. tł. nasy.: 39.74 g; Węglowodany ogółem: 390.24 g; W tym cukry: 58.89 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sód: 4324.46 mg;	Wartość energetyczna: 2083.08 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 55.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; W tym cukry: 60.94 g; Błonnik pok.: 19.44 g; Sód: 2693.21 mg;	Wartość energetyczna: 2018.28 kcal; Białko ogółem: 74.88 g; Tłuszcz: 45.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 338.09 g; W tym cukry: 67.78 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sód: 1892.41 mg;	Wartość energetyczna: 2182.06 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 80.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 286.76 g; W tym cukry: 29.16 g; Błonnik pok.: 38.97 g; Sód: 2663.57 mg;	Wartość energetyczna: 2799.91 kcal; Białko ogółem: 137.42 g; Tłuszcz: 97.07 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 358.99 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sód: 3316.04 mg;	Wartość energetyczna: 2189.54 kcal; Białko ogółem: 119.18 g; Tłuszcz: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; Węglowodany ogółem: 332.57 g; W tym cukry: 49.52 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sód: 2316.85 mg;	Wartość energetyczna: 2377.83 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 376.00 g; W tym cukry: 80.09 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sód: 2083.21 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
2026-11-17 wtorek	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 tofu, brokuła i szpinaku 70 g (***SOJ,***) 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% 20 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (***SOJ,***) 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,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Pomidor 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,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (***SOJ,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 70 g (***SOJ,***) 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,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) 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,***) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 60 g (***SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,***) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka wykwintna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml		Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka wykwintna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***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,***) Buraczki gotowane plastry 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,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 80 g Buraczki gotowane plastry 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,***) Rzepa biała 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,***) Buraczki gotowane plastry 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,***) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 80 g Buraczki gotowane plastry 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,***) Buraczki gotowane plastry 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***)	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 2 [Por] x 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Sałata zielona 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***)	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 2 [Por] x 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g	Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g
		Wartość energetyczna: 2388.19 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 95.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 322.30 g; W tym cukry: 33.04 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sód: 3039.35 mg;	Wartość energetyczna: 1858.01 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 248.13 g; W tym cukry: 36.34 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sód: 2005.79 mg;	Wartość energetyczna: 1816.57 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 249.00 g; W tym cukry: 36.50 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sód: 3680.49 mg;	Wartość energetyczna: 1849.29 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 75.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 233.01 g; W tym cukry: 30.52 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sód: 2207.98 mg;	Wartość energetyczna: 2242.01 kcal; Białko ogółem: 126.01 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 277.73 g; W tym cukry: 62.64 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sód: 2304.86 mg;	Wartość energetyczna: 1747.49 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; Tłuszcz: 24.85 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; Węglowodany ogółem: 290.20 g; W tym cukry: 29.22 g; Błonnik pok.: 20.49 g; Sód: 3941.25 mg;	Wartość energetyczna: 2097.04 kcal; Białko ogółem: 106.44 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 287.62 g; W tym cukry: 75.21 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sód: 2645.71 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
2026-11-18 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 szczeciński 130 g (***RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ogórek kiszony 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,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) 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,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) 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,***) Paprykarz szczeciński 130 g (***RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,***) Ogórek kiszony 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,***) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Paprykarz rybno(łosoś)-warzywny* 130 g (***RYB, SEL,***) Banan 1szt. 1 szt 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,***) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej wegetariański* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi i chrzanu 150 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Surówka z marchwi i chrzanu 150 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 200 g (***GLU PSZ,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Ziemniaczana * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (***GLU PSZ,***) Sos jarzynowy * 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia gotowana z pomidorami z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml
	PD							Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Rzodkiew biała 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 100 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 70 g (***MLE,***) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Papryka świeża 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Kurczak gotowany z kurnej półki-produkt drobiowy, parzony 20 g	Drożdżówka z serem 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2588.17 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 96.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; W tym cukry: 36.44 g; Błonnik pok.: 29.80 g; Sód: 4474.47 mg;	Wartość energetyczna: 2528.32 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 81.83 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 360.80 g; W tym cukry: 78.90 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sód: 2182.37 mg;	Wartość energetyczna: 2150.95 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.88 g; Węglowodany ogółem: 337.30 g; W tym cukry: 81.08 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sód: 1982.98 mg;	Wartość energetyczna: 2063.56 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 80.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 267.17 g; W tym cukry: 23.26 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sód: 3675.29 mg;	Wartość energetyczna: 2937.26 kcal; Białko ogółem: 138.46 g; Tłuszcz: 99.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 386.99 g; W tym cukry: 98.92 g; Błonnik pok.: 23.53 g; Sód: 2435.26 mg;	Wartość energetyczna: 2108.93 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 32.12 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 379.41 g; W tym cukry: 74.14 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 2247.88 mg;	Wartość energetyczna: 2521.65 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 373.72 g; W tym cukry: 104.09 g; Błonnik pok.: 23.36 g; Sód: 2141.04 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-19 czwartek	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 soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) 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% 20 g (***MLE,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 100 g	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,***) Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy * 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Pomidor 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,***) Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Filet zapiekany drobiowy 50 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,***) Filet zapiekany drobiowy 50 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 100 g
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Budyń o smaku śmietankowym b/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml		Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzodkwi i jabłka z olejem () drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Szynka wieprzowa duszona 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Bulion drobiowo-warzywny * 400 ml (***SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Filet z kurczaka gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z mięsa wieprz łop*- dieta 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta* - wkładka mięsna (udziec z kurczaka) 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta* - wkładka mięsna (udziec z kurczaka) 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta* - wkładka mięsna (udziec z kurczaka) 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta* - wkładka mięsna (udziec z kurczaka) 400 ml (***MLE, SEL,***) Rzepa biała 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta* - wkładka mięsna (udziec z kurczaka) 400 ml (***MLE, SEL,***) 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 twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta* - wkładka mięsna (udziec z kurczaka) 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (***MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,***) Jarzynowa z ryżem dieta* - wkładka mięsna (udziec z kurczaka) 400 ml (***MLE, SEL,***) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt			Sałata zielona 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 20 g (***SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2578.86 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 92.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 372.58 g; W tym cukry: 27.47 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sód: 2987.90 mg;	Wartość energetyczna: 2108.12 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 69.16 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 285.90 g; W tym cukry: 24.62 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sód: 1992.45 mg;	Wartość energetyczna: 2033.32 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; W tym cukry: 24.56 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sód: 1991.65 mg;	Wartość energetyczna: 2291.54 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 88.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 312.25 g; W tym cukry: 32.41 g; Błonnik pok.: 41.58 g; Sód: 2304.59 mg;	Wartość energetyczna: 2466.60 kcal; Białko ogółem: 125.76 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 315.20 g; W tym cukry: 50.92 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sód: 2184.15 mg;	Wartość energetyczna: 1874.27 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 31.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.13 g; Węglowodany ogółem: 291.83 g; W tym cukry: 11.13 g; Błonnik pok.: 16.97 g; Sód: 2319.56 mg;	Wartość energetyczna: 2410.62 kcal; Białko ogółem: 102.97 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 340.79 g; W tym cukry: 67.55 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sód: 2103.20 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-20 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 250 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***)
	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml			Krupnik jęczmienny * 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 100 g (***SEL,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 240 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (***SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 120 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sos pietruszkowy* 100 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) 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,***) Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połaczonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g (***MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj 100 g (***JAJ, MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Pierś gotowana-wyrób drobiowy z połaczonych kawałków mięsa z dodatkiem białka mleka,parzony,zawiera dodaną wodę w osłonce nij 50 g (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 150 g (***GLU PSZ,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Pasta z jaj 70 g (***JAJ, MLE,***) Twaróg półtłusty 70 g (***MLE,***) Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser twarogowy topiony klasyczny 17,5g 1 szt (***MLE,***) 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	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Ser żółty 20 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2488.55 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 97.70 g; Kw. tł. nasy.: 39.65 g; Węglowodany ogółem: 329.60 g; W tym cukry: 57.95 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sód: 3883.69 mg;	Wartość energetyczna: 2265.61 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 96.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.19 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; W tym cukry: 56.60 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sód: 2817.83 mg;	Wartość energetyczna: 2128.71 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 276.15 g; W tym cukry: 63.05 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 2264.87 mg;	Wartość energetyczna: 2169.31 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 94.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 265.49 g; W tym cukry: 41.62 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sód: 2603.18 mg;	Wartość energetyczna: 2816.01 kcal; Białko ogółem: 134.09 g; Tłuszcz: 124.55 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sód: 2986.99 mg;	Wartość energetyczna: 1982.25 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 45.65 g; Kw. tł. nasy.: 11.52 g; Węglowodany ogółem: 321.94 g; W tym cukry: 50.59 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 2490.89 mg;	Wartość energetyczna: 2577.16 kcal; Białko ogółem: 113.00 g; Tłuszcz: 100.08 g; Kw. tł. nasy.: 42.95 g; Węglowodany ogółem: 318.06 g; W tym cukry: 99.29 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 2074.73 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-21 sobota	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,***) Ogórek świeży 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,***) 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,***)	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,***) Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***)	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,***) 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,***) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, 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,***) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem 100 g (***GLU PSZ, SEL,***) Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	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,***) 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				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (***MLE,***)			Jogurt jagodowy 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml		Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane 100 g Sałata zielona z olejem 60 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 300 g (***GLU PSZ, SEL,***) Filet z kurczaka gotowany 80 g Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Ryż na sypko z kurkumą 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml
	PD							Mus z jabłek prażonych 250 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) 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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb Graham 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,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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,***) Pomidor 100 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	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,***) 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,***) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)			Ogórek świeży 20 g Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Twarożek z koperkiem 20 g (***MLE,***)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (***MLE,***)		
		Wartość energetyczna: 2146.62 kcal; Białko ogółem: 77.56 g; Tłuszcz: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; W tym cukry: 45.09 g; Błonnik pok.: 32.52 g; Sód: 3599.11 mg;	Wartość energetyczna: 1964.05 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 279.58 g; W tym cukry: 45.45 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sód: 2403.12 mg;	Wartość energetyczna: 1865.93 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 51.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 278.87 g; W tym cukry: 45.18 g; Błonnik pok.: 21.05 g; Sód: 2304.80 mg;	Wartość energetyczna: 1890.80 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 261.09 g; W tym cukry: 29.66 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sód: 2655.63 mg;	Wartość energetyczna: 2341.83 kcal; Białko ogółem: 125.59 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; W tym cukry: 73.15 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sód: 2689.51 mg;	Wartość energetyczna: 1850.31 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 22.48 g; Kw. tł. nasy.: 7.83 g; Węglowodany ogółem: 329.78 g; W tym cukry: 50.44 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sód: 2613.46 mg;	Wartość energetyczna: 2368.55 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz: 66.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 365.58 g; W tym cukry: 73.70 g; Błonnik pok.: 25.55 g; Sód: 2503.12 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 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
2026-11-22 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,***) 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,***) 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,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	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 warzyw gotowanych królewski* 100 g	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,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Rzodkiew biała 100 g	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,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g 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 warzyw gotowanych królewski* 100 g	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,***) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 300 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g
	II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)			Budyń o smaku śmietankowym/p z/c 250 ml (***MLE,***)
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 150 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml		Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 200 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Ryżowa* 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml
	PD							Ciastka zbożowe z kakao i kawałkami czekolady 25g 1 szt (***GLU PSZ, może zawierać: JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 150 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 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 a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 30 g	Chleb Graham 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 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 a'la homogenizowany 100 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 20 g (***MLE,***) Serek a'la homogenizowany 70 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Sałata zielona 30 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***)	Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Wafle ryżowe 30 g		Masło extra 82% 5 g (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Pomidor 20 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***)	Wafle ryżowe 30 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***)	Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy,grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***)
		Wartość energetyczna: 2507.61 kcal; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 93.36 g; Kw. tł. nasy.: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 338.13 g; W tym cukry: 25.92 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sód: 3797.43 mg;	Wartość energetyczna: 1857.99 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; Węglowodany ogółem: 258.19 g; W tym cukry: 27.72 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sód: 2323.85 mg;	Wartość energetyczna: 1802.95 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 42.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 256.87 g; W tym cukry: 27.66 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sód: 2135.85 mg;	Wartość energetyczna: 1823.66 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 231.13 g; W tym cukry: 25.69 g; Błonnik pok.: 29.30 g; Sód: 2967.83 mg;	Wartość energetyczna: 2225.49 kcal; Białko ogółem: 141.16 g; Tłuszcz: 60.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 287.49 g; W tym cukry: 54.02 g; Błonnik pok.: 19.58 g; Sód: 2571.60 mg;	Wartość energetyczna: 2145.33 kcal; Białko ogółem: 130.37 g; Tłuszcz: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; Węglowodany ogółem: 299.97 g; W tym cukry: 21.99 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sód: 2485.02 mg;	Wartość energetyczna: 2191.74 kcal; Białko ogółem: 111.58 g; Tłuszcz: 56.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 319.79 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sód: 2500.69 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko 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,