

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca | |
|-------------------------|---|---|---|--|---|
| 2026-04-13 poniedziałek | Śniadanie | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajecznicza na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajecznicza na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajecznicza na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajecznicza na parze (z 2 jajek) kl M 100 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) |
| | II ŚN | | | Banan 1szt. 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) | |
| | Obiad | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z truskawek* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE, SEL,</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* b/c 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ,</u> <u>MLE, SEL,</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z truskawek* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | Wartość energetyczna: 2447.97 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 56.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 406.59 g; W tym cukry: 87.98 g; Błonnik pok.: 20.41 g; Sód: 4315.11 mg; | Wartość energetyczna: 2470.04 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 389.41 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 19.35 g; Sód: 3159.76 mg; | Wartość energetyczna: 2224.45 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 60.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 338.75 g; W tym cukry: 53.01 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sód: 4078.45 mg; | Wartość energetyczna: 2714.04 kcal; Białko ogółem: 110.14 g; Tłuszcz: 63.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 441.11 g; W tym cukry: 110.06 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sód: 3201.76 mg; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|-------------------|---|--|--|---|--|
| 2026-04-14 wtorek | Śniadanie | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Mandarynka 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) |
| | Obiad | Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos meksykański z fasolą 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos meksykański z fasolą 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml | Brokułowa z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko z kurkumą 250 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Złocista drobiowa z dodatkiem wieprzowym, wyrób blokowy, wysokowydajny, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | | Pomidorki koktajlowe 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>) Pomidorki koktajlowe 60 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | Wartość energetyczna: 2698.15 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 435.04 g; W tym cukry: 114.57 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sód: 2573.60 mg; | Wartość energetyczna: 2537.25 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 50.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; Węglowodany ogółem: 429.65 g; W tym cukry: 115.72 g; Błonnik pok.: 18.98 g; Sód: 1924.01 mg; | Wartość energetyczna: 2294.95 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 60.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 348.95 g; W tym cukry: 52.19 g; Błonnik pok.: 37.22 g; Sód: 2439.88 mg; | Wartość energetyczna: 2672.25 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; Węglowodany ogółem: 450.15 g; W tym cukry: 131.22 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sód: 2019.51 mg; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|------------------|-----------|---|---|---|---|
| 2026-04-15 środa | Śniadanie | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (tosoś)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (tosoś)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (tosoś)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>) | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz rybno (tosoś)-warzywny* 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT,</u> <u>GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt |
| | Obiad | Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą z masłem* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew oprószana z olejem 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew oprószana z olejem 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Salata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Salata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Salata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka luksusowa- wp. z kawałków mięsa, wędzona, parzona z dodatkiem białka mleka 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Salata strzępiasta zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | | Mandarynka 1 szt Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | | Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2444.59 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 73.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 363.72 g; W tym cukry: 59.56 g; Błonnik pok.: 27.12 g; Sód: 2881.38 mg; | Wartość energetyczna: 2303.29 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.76 g; Węglowodany ogółem: 352.30 g; W tym cukry: 64.18 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sód: 2531.27 mg; | Wartość energetyczna: 2096.15 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 320.60 g; W tym cukry: 46.64 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sód: 2629.80 mg; | Wartość energetyczna: 2529.34 kcal; Białko ogółem: 108.02 g; Tłuszcz: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 396.37 g; W tym cukry: 97.48 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2600.77 mg; |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|---------------------|--|--|--|--|--|
| 2026-04-16 czwartek | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150g (<u>MLE, SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) |
| | II ŚN | | | | Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml |
| | Obiad | Ogórkowa z ryżem* 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Ziemniaczana* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Ziemniaczana* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z pora, jabłka i marchewki z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml | Ziemniaczana* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolaża | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody i białka sojowego 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Mus owocowy marakuja, brzoskwinia, jabłko, banan 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-dynia 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Mus owocowy marakuja, brzoskwinia, jabłko, banan 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | Wartość energetyczna: 2398.96 kcal; Białko ogółem: 95.27 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 376.95 g; W tym cukry: 100.31 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sód: 4378.94 mg; | Wartość energetyczna: 2309.99 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 58.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 365.05 g; W tym cukry: 92.31 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sód: 2784.12 mg; | Wartość energetyczna: 2282.65 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; W tym cukry: 52.16 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sód: 2844.41 mg; | Wartość energetyczna: 2618.09 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 440.57 g; W tym cukry: 153.43 g; Błonnik pok.: 32.91 g; Sód: 2802.22 mg; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|-------------------|-----------|--|---|---|--|
| 2026-04-17 piątek | Śniadanie | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŹC,</u>) | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt |
| | Obiad | Szpinakowa z zacierką * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona - filet (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Szpinakowa z zacierką * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Szpinakowa z zacierką * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem drobno tarta 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Szpinakowa z zacierką * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Pulpet rybny (Łosoś) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Wafle ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Wafle ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Marchew mini gotowana z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Papryka świeża 50 g Wafle ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Marchew mini gotowana z olejem* 50 g Wafle ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2595.18 kcal; Białko ogółem: 107.47 g; Tłuszcz: 76.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 388.39 g; W tym cukry: 93.30 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sód: 2381.98 mg; | Wartość energetyczna: 2658.06 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 30.03 g; Węglowodany ogółem: 391.89 g; W tym cukry: 89.92 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sód: 2134.40 mg; | Wartość energetyczna: 2406.37 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 79.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 336.13 g; W tym cukry: 50.57 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sód: 2344.80 mg; | Wartość energetyczna: 2800.06 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.82 g; Węglowodany ogółem: 415.09 g; W tym cukry: 107.22 g; Błonnik pok.: 25.29 g; Sód: 2228.90 mg; |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca | |
|-------------------|--|--|--|--|--|
| 2026-04-18 sobota | Śniadanie | Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) | Platki jęczmienna na mleku /p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata strzępiasta czerwona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) |
| | II ŚN | | | Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt | |
| | Obiad | Koperkowa z ryżem * 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Koperkowa z ryżem * 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Koperkowa z ryżem * 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka drobno tarta 150 g (<u>MLE</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Koperkowa z ryżem * 500 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Pomarańcza 1 szt. 1 szt Mleko UHT 200ml, 3,5% t 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | | | |
| | Wartość energetyczna: 2796.78 kcal; Białko ogółem: 99.23 g; Tłuszcz: 85.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 436.21 g; W tym cukry: 141.55 g; Błonnik pok.: 36.67 g; Sód: 5067.70 mg; | Wartość energetyczna: 2453.97 kcal; Białko ogółem: 103.51 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 372.38 g; W tym cukry: 107.28 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sód: 3223.69 mg; | Wartość energetyczna: 2451.22 kcal; Białko ogółem: 111.61 g; Tłuszcz: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 359.69 g; W tym cukry: 77.31 g; Błonnik pok.: 38.58 g; Sód: 3894.08 mg; | Wartość energetyczna: 2587.97 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; Węglowodany ogółem: 397.08 g; W tym cukry: 131.38 g; Błonnik pok.: 27.19 g; Sód: 3263.69 mg; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|----------------------|--|--|--|--|--|
| 2026-04-19 niedziela | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) | Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (<u>MLE</u>) Jabko 1 szt 1 szt |
| | Obiad | Rosół z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Rosół z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Rosół z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Rosół z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | | | |
| | Wartość energetyczna: 2697.00 kcal; Białko ogółem: 138.26 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 343.14 g; W tym cukry: 58.33 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sód: 3992.48 mg; | Wartość energetyczna: 2709.63 kcal; Białko ogółem: 143.22 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; W tym cukry: 65.91 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sód: 3677.15 mg; | Wartość energetyczna: 2574.03 kcal; Białko ogółem: 143.24 g; Tłuszcz: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 319.99 g; W tym cukry: 45.44 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sód: 3760.37 mg; | Wartość energetyczna: 2935.68 kcal; Białko ogółem: 148.82 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 37.16 g; Węglowodany ogółem: 396.35 g; W tym cukry: 99.21 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sód: 3746.65 mg; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca | |
|-------------------------|---|--|--|---|--|--|
| 2026-04-20 poniedziałek | Śniadanie | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki owsiane na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | |
| | II ŚN | | | | Mandarynka 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) | |
| | Obiad | Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski na parze z masłem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski na parze z masłem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Udziec z indyka b/s b/k 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml | Wielowarzywna z ziemniakami * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kluski na parze z masłem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z papryką 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z papryką 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | |
| | PN | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | |
| | Wartość energetyczna: 2630.24 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 440.91 g; W tym cukry: 92.97 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sód: 3050.28 mg; | Wartość energetyczna: 2679.28 kcal; Białko ogółem: 96.08 g; Tłuszcz: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 442.31 g; W tym cukry: 94.73 g; Błonnik pok.: 20.65 g; Sód: 2659.67 mg; | Wartość energetyczna: 2293.97 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 352.93 g; W tym cukry: 47.65 g; Błonnik pok.: 38.84 g; Sód: 2921.23 mg; | Wartość energetyczna: 2774.28 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 65.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.90 g; Węglowodany ogółem: 458.21 g; W tym cukry: 108.03 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sód: 2700.67 mg; | | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|-------------------|-----------|--|--|--|--|
| 2026-04-21 wtorek | Śniadanie | Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Banan 1szt. 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃC.</u>) | Makaron na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 40 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt |
| | Obiad | Grochowa z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JEŃC.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Solferino z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JEŃC.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem.* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Grochowa z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JEŃC.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki drobno tarta 150 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Solferino z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JEŃC.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem.* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2867.70 kcal; Białko ogółem: 118.87 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 459.19 g; W tym cukry: 108.48 g; Błonnik pok.: 35.74 g; Sód: 2605.99 mg; | Wartość energetyczna: 2778.95 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 71.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 433.74 g; W tym cukry: 109.83 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sód: 2218.83 mg; | Wartość energetyczna: 2559.99 kcal; Białko ogółem: 129.52 g; Tłuszcz: 72.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; Węglowodany ogółem: 378.53 g; W tym cukry: 45.09 g; Błonnik pok.: 41.64 g; Sód: 2618.08 mg; | Wartość energetyczna: 2943.95 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 75.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 461.19 g; W tym cukry: 130.68 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sód: 2316.33 mg; |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|------------------|-----------|---|---|---|---|
| 2026-04-22 środa | Śniadanie | Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL</u>) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL</u>) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL</u>) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) | Ryż na mleku/p 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (łosoś) z warzywami* 70 g (<u>RYB, SEL</u>) Roszponka 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Jabłko 1 szt 1 szt |
| | Obiad | Grysikowa * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew kostka oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Grysikowa * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew kostka oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Grysikowa * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew kostka oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Grysikowa * 500 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew kostka oprószana z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wiewprzowych pieczony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidorki koktajlowe 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidorki koktajlowe 60 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2423.40 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 77.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 346.95 g; W tym cukry: 51.16 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sód: 4033.58 mg; | Wartość energetyczna: 2280.38 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 340.14 g; W tym cukry: 54.40 g; Błonnik pok.: 20.69 g; Sód: 2481.53 mg; | Wartość energetyczna: 2156.20 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 310.24 g; W tym cukry: 37.69 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sód: 3486.31 mg; | Wartość energetyczna: 2469.48 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 63.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; Węglowodany ogółem: 386.81 g; W tym cukry: 91.67 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sód: 2500.63 mg; |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca | |
|---------------------|------------------------|--|---|--|---|
| 2026-04-23 czwartek | Śniadanie | <p>Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 100g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> | <p>Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> | <p>Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Papryka świeża 100g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> | <p>Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> |
| | II ŚN | | | <p>Sok jabłkowy 100% 0,2l w kartoniku 1 szt Biskopki b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> | |
| | Obiad | <p>Barszcz ukraiński z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> | <p>Barszcz ukraiński z ziemniakami* 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem drobno tarta 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> |
| | Kolacja | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> | <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> | <p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa, parzony 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu i marchewki 70 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> |
| | PN | <p>Jabłko 1 szt 1 szt Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Jabłko 1 szt 1 szt Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | |
| | | <p>Wartość energetyczna: 2644.06 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 409.09 g; W tym cukry: 116.80 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sód: 3141.97 mg;</p> | <p>Wartość energetyczna: 2600.56 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 399.64 g; W tym cukry: 106.36 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sód: 2611.52 mg;</p> | <p>Wartość energetyczna: 2439.86 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 368.14 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 43.26 g; Sód: 3265.64 mg;</p> | <p>Wartość energetyczna: 2801.56 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 441.54 g; W tym cukry: 126.36 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sód: 2611.52 mg;</p> |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|-------------------|---|--|--|--|--|
| 2026-04-24 piątek | Śniadanie | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) | Zacierka na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Twarożek 40 g (<u>MLE,</u>) Mandarynka 1 szt Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml |
| | Obiad | Kalafiorkowa z ryżem * 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba smażona - filet (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka żydowska z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Ryżowa* 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba gotowana - filet (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kalafiorkowa z ryżem * 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba gotowana - filet (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Ryżowa* 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Ryba gotowana - filet (Morszczuk) 100 g (<u>RYB,</u>) Warzywa po grecku 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 70 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEŻ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEŻ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEŻ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | Wartość energetyczna: 2718.58 kcal; Białko ogółem: 107.89 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 404.70 g; W tym cukry: 109.62 g; Błonnik pok.: 36.28 g; Sód: 2895.55 mg; | Wartość energetyczna: 2600.82 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 406.64 g; W tym cukry: 115.17 g; Błonnik pok.: 33.07 g; Sód: 1948.48 mg; | Wartość energetyczna: 2125.74 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 54.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 313.33 g; W tym cukry: 50.47 g; Błonnik pok.: 27.71 g; Sód: 2458.24 mg; | Wartość energetyczna: 2908.92 kcal; Białko ogółem: 115.36 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 482.16 g; W tym cukry: 176.29 g; Błonnik pok.: 36.49 g; Sód: 1966.58 mg; | |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|-------------------|-----------|--|--|---|--|
| 2026-04-25 sobota | Śniadanie | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) | Platki pszenne na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jogurt jagodowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) |
| | II ŚN | | | | Mus owocowo-warzywny marchew, mango, jabłko 100g 1 szt Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE,</u>) |
| | Obiad | Selerowa z ziemniakami * 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 250 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Selerowa z ziemniakami * 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Selerowa z ziemniakami * 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) kasza pęczak/sypko 250 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml | Selerowa z ziemniakami * 500 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ,</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot z aronii* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa, parzona, z dodatkiem wody, z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | | Wartość energetyczna: 2612.21 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 78.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 414.67 g; W tym cukry: 75.56 g; Błonnik pok.: 41.87 g; Sód: 3201.94 mg; | Wartość energetyczna: 2464.00 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; Węglowodany ogółem: 410.20 g; W tym cukry: 78.59 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sód: 2876.12 mg; | Wartość energetyczna: 2415.26 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 79.47 g; Kw. tł. nasy.: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 363.02 g; W tym cukry: 48.68 g; Błonnik pok.: 47.65 g; Sód: 3800.79 mg; | Wartość energetyczna: 2662.05 kcal; Białko ogółem: 92.50 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 448.52 g; W tym cukry: 106.34 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sód: 2966.62 mg; |

Jadłospisy za okres od dnia 2026-04-13 do dnia 2026-04-26 KUCHNIA CHORZÓW

| | | CH- KOL D01 Podstawowa | CH- KOL D02 Łatwo strawna | CH- KOL D03 Z ogr. łatwo przys. węglowodanów | CH- KOL P02 Łatwo strawna dziecięca |
|----------------------|--|---|---|---|---|
| 2026-04-26 niedziela | Śniadanie | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Papryka świeża 100g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Papryka świeża 100g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) | Kasza manna na mleku/p 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 75 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | II ŚN | | | | Jabłko 1 szt 1 szt Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) |
| | Obiad | Pomidorowa z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Kapusta biała gotowana 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Pomidorowa z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Pomidorowa z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kapusta biała gotowana 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml | Pomidorowa z makaronem * 500 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 250 g Schab gotowany 100 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | Kolacja | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt | Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt |
| | PN | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |
| | Wartość energetyczna: 2407.33 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 369.31 g; W tym cukry: 78.32 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sód: 3793.25 mg; | Wartość energetyczna: 2278.92 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 341.37 g; W tym cukry: 68.00 g; Błonnik pok.: 17.92 g; Sód: 3372.32 mg; | Wartość energetyczna: 2162.24 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 68.77 g; Błonnik pok.: 34.47 g; Sód: 3516.26 mg; | Wartość energetyczna: 2559.42 kcal; Białko ogółem: 133.12 g; Tłuszcz: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 379.47 g; W tym cukry: 101.90 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sód: 3435.32 mg; | |

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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