

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-07

### Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

#### CHRZ- MYS Podstawowa

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( MLE ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( GLU PSZ, GLU ŻYT ), Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( GLU PSZ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE ), Szyńka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( SOJ ), Pomidor 80 g , Sałata zielona 20 g , Ser żółty 50 g ( MLE ),

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL ), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką i kiełbasą 300 g ( GLU PSZ, JAJ, SOJ ), Brokuł gotowany\* 150 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt ( MLE ),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g ( GLU PSZ, GLU ŻYT ), Masło extra 82% 15 g ( MLE ), Pasztet z fasoli ( ) 60 g ( GLU PSZ, JAJ ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2555.78 kcal; B: 91.78 g; T: 82.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.9 g; W: 372.08 g; W tym cukry: 96.86 g; Bł.: 36.4 g; Sól: 8.78 g; WW: 33.59 Por; Ener. z B: 410.94 %; Ener. z W: 1174.21 %; Ener. z T: 439.34 %; Ener. z Bł.: 136.8 %; K: 4201.96 mg;

#### CHRZ- MYS Łatwo strawna

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( MLE ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( GLU PSZ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE ), Szyńka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( SOJ ), Pomidor 80 g , Bułka pszenna 50g 1 szt ( GLU PSZ ), Twaróg półtłusty 60 g ( MLE ), Sałata zielona 20 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL ), Makaron 200 g ( GLU PSZ ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( GLU PSZ, SEL ), Brokuł gotowany\* 150 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt ( MLE ),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g ( GLU PSZ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE ), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( SOJ, GOR ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2428.33 kcal; B: 101.72 g; T: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 371.95 g; W tym cukry: 95.83 g; Bł.: 26.2 g; Sól: 6.94 g; WW: 34.62 Por; Ener. z B: 439.29 %; Ener. z W: 1135.37 %; Ener. z T: 430.32 %; Ener. z Bł.: 109.45 %; K: 4028.53 mg;

#### CHRZ- MYS Cukrzycowa

Śniadanie: Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( MLE ), Chleb Graham 50 g ( GLU PSZ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE ), Szyńka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( SOJ ), Pomidor 80 g , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( GLU PSZ ), Ser żółty 50 g ( MLE ), Sałata zielona 20 g ,

II ŚN: Jabłko 1 szt 1 szt ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL ), Makaron 200 g ( GLU PSZ ), Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( GLU PSZ, SEL ), Brokuł gotowany\* 150 g , Kompot owocowy z jabłkami\* b/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt ( MLE ),

PD: Biskopki b/c 30 g ( GLU PSZ, JAJ ),

Kolacja: Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 130 g ( GLU PSZ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE ), Szyńka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( SOJ, GOR ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2453.97 kcal; B: 109.75 g; T: 76.1 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; W: 349.37 g; W tym cukry: 55.45 g; Bł.: 38.81 g; Sól: 7.99 g; WW: 31.08 Por; Ener. z B: 469.92 %; Ener. z W: 1030.31 %; Ener. z T: 488.78 %; Ener. z Bł.: 143.06 %; K: 4460.62 mg;

#### CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( SEL ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( GLU PSZ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE ), Szyńka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( SOJ ), Pomidor 80 g , Bułka pszenna 50g 1 szt ( GLU PSZ ), Sałata zielona 20 g , Dżem 25 g 1 szt ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-07

### Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

#### CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml ( GLU PSZ, SEL, \_ ), Makaron 200 g ( GLU PSZ, \_ ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( GLU PSZ, SEL, \_ ), Brokuł gotowany\* 150 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml ,

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g ( GLU PSZ, \_ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE, \_ ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( SOJ, GOR, \_ ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2230.73 kcal; B: 77.96 g; T: 55.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; W: 362.68 g; W tym cukry: 86.91 g; Bł.: 27.13 g; Sól: 6.28 g; WW: 33.65 Por; Ener. z B: 369.74 %; Ener. z W: 1223.69 %; Ener. z T: 368.65 %; Ener. z Bł.: 112.82 %; K: 3252.36 mg;

#### CHRZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( MLE, \_ ), Bułka pszenna długa krojona 50 g ( GLU PSZ, \_ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE, \_ ), Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( SOJ, \_ ), Pomidor 80 g , Bułka pszenna 50g 1 szt ( GLU PSZ, \_ ), Sałata zielona 20 g , Twaróg półtłusty 60 g ( MLE, \_ ),

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, \_ ), Makaron 200 g ( GLU PSZ, \_ ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( GLU PSZ, SEL, \_ ), Brokuł gotowany\* 150 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt ( MLE, \_ ),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g ( GLU PSZ, \_ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE, \_ ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( SOJ, GOR, \_ ), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2428.33 kcal; B: 101.72 g; T: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 371.95 g; W tym cukry: 95.83 g; Bł.: 26.2 g; Sól: 6.94 g; WW: 34.62 Por; Ener. z B: 439.29 %; Ener. z W: 1135.37 %; Ener. z T: 430.32 %; Ener. z Bł.: 109.45 %; K: 4028.53 mg;

#### CHRZ- MYS Papka

Śniadanie: Papka Śn 600 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, \_ ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Obiad: Papka Ob z udźca () 600 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, \_ ),

Kolacja: Papka Kol z udźca () 600 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, \_ ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Wartości odżywcze: E: 1941.14 kcal; B: 116.63 g; T: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; W: 210.8 g; W tym cukry: 62.03 g; Bł.: 21.17 g; Sól: 2.57 g; WW: 19.01 Por; Ener. z B: 74.09 %; Ener. z W: 310.98 %; Ener. z T: 108.85 %; Ener. z Bł.: 6.42 %; K: 4983.2 mg;

#### CHRZ- MYS Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( MLE, \_ ), Bułka pszenna długa krojona 130 g ( GLU PSZ, \_ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE, \_ ), Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( SOJ, \_ ), Pomidor 80 g , Twaróg półtłusty 60 g ( MLE, \_ ), Sałata zielona 20 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, \_ ), Makaron 200 g ( GLU PSZ, \_ ), Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( GLU PSZ, SEL, \_ ), Brokuł gotowany\* 150 g , Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt ( MLE, \_ ),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g ( GLU PSZ, \_ ), Masło extra 82% 15 g ( MLE, \_ ), Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( SOJ, GOR, \_ ), Pomidor 80 g ,

PN: Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2497.81 kcal; B: 104.31 g; T: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 388.33 g; W tym cukry: 96.52 g; Bł.: 26.26 g; Sól: 6.8 g; WW: 36.25 Por; Ener. z B: 403.13 %; Ener. z W: 1086.95 %; Ener. z T: 415.24 %; Ener. z Bł.: 91.54 %; K: 4081.95 mg;

#### CHRZ- MYS Sonda

Śniadanie: Sonda Śn 600 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, \_ ),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-07

### Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

#### CHRZ- MYS Sonda

Obiad: Sonda Ob () 600 ml (MLE, SEL, \_),

Kolacja: Sonda Kol () 600 ml (MLE, SEL, \_),

Wartości odżywcze: E: 1576.7 kcal; B: 107.19 g; T: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; W: 141.11 g; W tym cukry: 47.28 g; Bł.: 21.85 g; Sól: 2.61 g; WW: 12 Por; Ener. z B: 80.52 %; Ener. z W: 92.51 %; Ener. z T: 119.84 %; Ener. z Bł.: 7.67 %; K: 5041.75 mg;

#### CHRZ- MYS Sonda wzbogacona

Śniadanie: Sonda Śn 600 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, \_), Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE, \_),

Obiad: Sonda Ob () 600 ml (MLE, SEL, \_),

Kolacja: Sonda Kol () 600 ml (MLE, SEL, \_),

Wartości odżywcze: E: 1666.7 kcal; B: 110.79 g; T: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; W: 155.11 g; W tym cukry: 52.68 g; Bł.: 22.25 g; Sól: 2.71 g; WW: 13.4 Por; Ener. z B: 96.52 %; Ener. z W: 152.95 %; Ener. z T: 144.84 %; Ener. z Bł.: 8.56 %; K: 5211.75 mg;

#### CHRZ- MYS Specjalna

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, \_), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, \_), Pomidor 80 g ,

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, \_), Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki i kielbasą 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, \_), Brokuł gotowany\* 150 g , Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt ,

Kolacja: Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt , Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR, \_), Sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: E: 1923.07 kcal; B: 63.24 g; T: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; W: 291.39 g; W tym cukry: 51.2 g; Bł.: 23.94 g; Sól: 8.3 g; WW: 26.67 Por; Ener. z B: 319.17 %; Ener. z W: 761.2 %; Ener. z T: 341.73 %; Ener. z Bł.: 87.09 %; K: 3108.72 mg;