

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-16

### Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

#### CHRZ- MYS Podstawowa

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Ryż na mleku/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, \_), Twaróg półtłusty 60 g (MLE, \_), Papryka konserwowa 80 g , Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, \_), Sałata zielona 20 g ,

Obiad: Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL, \_), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ, \_), Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ, \_), Sałatka szwedzka z olejem () 200 g (GOR, \_), 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, \_), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g , Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g ,

PN: Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2573.38 kcal; B: 118.65 g; T: 78.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.6 g; W: 364.44 g; W tym cukry: 72.02 g; Bł.: 32.42 g; Sól: 9.43 g; WW: 33.26 Por; Ener. z B: 18.44 %; Ener. z W: 51.61 %; Ener. z T: 27.31 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 3673.01 mg;

#### CHRZ- MYS Łatwo strawna

Śniadanie: Ryż na mleku/p 300 ml (MLE, \_), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Twaróg półtłusty 60 g (MLE, \_), Pomidor 80 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, \_), Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, \_), Sałata zielona 20 g ,

Obiad: Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL, \_), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ, \_), Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ, \_), Buraczki gotowane () 150 g , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, \_),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Pomidor 80 g ,

PN: Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2428.96 kcal; B: 116.6 g; T: 63.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.5 g; W: 360.56 g; W tym cukry: 85.01 g; Bł.: 26.19 g; Sól: 5.43 g; WW: 33.52 Por; Ener. z B: 19.2 %; Ener. z W: 55.06 %; Ener. z T: 23.45 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4319.35 mg;

#### CHRZ- MYS Cukrzycowa

Śniadanie: Ryż na mleku/p 300 ml (MLE, \_), Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Twaróg półtłusty 60 g (MLE, \_), Pomidor 80 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, \_), Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, \_), Sałata zielona 20 g ,

II ŚN: Kanapka z twarogiem ( chleb razowy 40g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, \_),

Obiad: Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL, \_), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ, \_), Kompot owocowy z jabłkami\* b/c 250 ml , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ, \_), Sałatka szwedzka z olejem () 200 g (GOR, \_), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, \_),

PD: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml ,

Kolacja: Chleb Graham 130 g (GLU PSZ, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Pomidor 80 g ,

PN: Kanapka z serem żółtym i sałatą ( chleb razowy 40g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, \_),

Wartości odżywcze: E: 2658.58 kcal; B: 132.75 g; T: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 39.04 g; W: 349.17 g; W tym cukry: 53.83 g; Bł.: 38.8 g; Sól: 9.4 g; WW: 31.22 Por; Ener. z B: 19.97 %; Ener. z W: 46.7 %; Ener. z T: 30.57 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4439.3 mg;

#### CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-16

### Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

#### CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (SOJ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Pomidor 80 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Sałata zielona 20 g,

Obiad: Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (SEL), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml, Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ), Buraczki gotowane () 150 g,

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 80 g,

PN: Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2210.39 kcal; B: 96.9 g; T: 56.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; W: 340.08 g; W tym cukry: 66.63 g; Bł.: 26.89 g; Sól: 5.41 g; WW: 31.41 Por; Ener. z B: 17.54 %; Ener. z W: 56.68 %; Ener. z T: 23.16 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3621.15 mg;

#### CHRZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Ryż na mleku/p 300 ml (MLE), Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Twaróg półtłusty 60 g (MLE), Masło extra 82% 15 g (MLE), Pomidor 80 g, Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ), Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ), Sałata zielona 20 g,

Obiad: Ryżowa () 400 ml (MLE SEL), Ziemniaki z tłuszczem () 300 g, Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ), Buraczki gotowane () drobno tarte 150 g, Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 80 g,

PN: Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2518.51 kcal; B: 116.98 g; T: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; W: 376.57 g; W tym cukry: 83.6 g; Bł.: 22.82 g; Sól: 5.97 g; WW: 35.47 Por; Ener. z B: 18.58 %; Ener. z W: 56.18 %; Ener. z T: 23.37 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 5215.8 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: 24.03 %; Ener. z W: 39.08 %; Ener. z T: 34.83 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4983.2 mg;

#### CHRZ- MYS Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ), Ryż na mleku/p 300 ml (MLE), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (SOJ), Masło extra 82% 15 g (MLE),

Obiad: Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE SEL), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ), Kompot owocowy z jabłkami\* z/c 250 ml, Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ), Buraczki gotowane () drobno tarte 150 g, 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), Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g,

PN: Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt,

Wartości odżywcze: E: 2408.2 kcal; B: 110.57 g; T: 60.7 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; W: 367.18 g; W tym cukry: 78.82 g; Bł.: 23.79 g; Sól: 5.22 g; WW: 34.37 Por; Ener. z B: 18.36 %; Ener. z W: 57.04 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3778.92 mg;

#### CHRZ- MYS Sonda

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-16

### Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

#### CHRZ- MYS Sonda

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

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: 27.19 %; Ener. z W: 30.26 %; Ener. z T: 39.97 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 5041.75 mg;

#### CHRZ- MYS Sonda wzbogacona

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

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

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

Wartości odżywcze: E: 1666.7 kcal; B: 109.99 g; T: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; W: 155.11 g; W tym cukry: 52.78 g; Bł.: 22.15 g; Sól: 2.71 g; WW: 13.4 Por; Ener. z B: 26.4 %; Ener. z W: 31.91 %; Ener. z T: 39.17 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 5220.75 mg;

#### CHRZ- MYS Specjalna

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Twaróg półtłusty 60 g (MLE, \_), Pomidor 80 g , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, \_),

Obiad: Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL, \_), Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (GLU PSZ, \_), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt , Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ, \_), Buraczki gotowane () 150 g ,

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, \_), Masło extra 82% 15 g (MLE, \_), Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g , Salata zielona 20 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt ,

PN: Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 2202.04 kcal; B: 92.03 g; T: 60.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; W: 334.66 g; W tym cukry: 67.09 g; Bł.: 27.55 g; Sól: 6.67 g; WW: 30.73 Por; Ener. z B: 16.72 %; Ener. z W: 55.79 %; Ener. z T: 24.71 %; Ener. z Bł.: 2.5 %; K: 3516.92 mg;