

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-25

Oddział: SPZOZ MYŚLOWICE

CHRZ- MYS Podstawowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE,),

Obiad: Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Udko pieczone 1 szt. 210 g , Ziemniaki () 250 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Ciasto piernik 70 g (GLU PSZ, MLE, S02, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL,), Mix sałat 20 g ,

PN: Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: E: 3045.54 kcal; B: 138.46 g; T: 100.74 g; Kw. tł. nasy.: 37.96 g; W: 409.6 g; W tym cukry: 79.13 g; Bł.: 31.71 g; Sól: 9.74 g; WW: 37.85 Por; Ener. z B: 18.19 %; Ener. z W: 49.63 %; Ener. z T: 29.77 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 5245.44 mg;

CHRZ- MYS Łatwo strawna

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE,),

Obiad: Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g , Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki () 250 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL,), Mix sałat 20 g ,

PN: Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: E: 3108.73 kcal; B: 147.65 g; T: 97.2 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; W: 424.09 g; W tym cukry: 85.99 g; Bł.: 30.49 g; Sól: 8.86 g; WW: 39.41 Por; Ener. z B: 19 %; Ener. z W: 50.64 %; Ener. z T: 28.14 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 5645.68 mg;

CHRZ- MYS Cukrzycowa

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, MLE,), Chleb Graham 130 g (GLU PSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE,),

II ŚN: Mandarynka 2 szt ,

Obiad: Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,), Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g , Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,), Ziemniaki () 250 g , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,),

PD: Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE,),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-25

Oddział: SPZOZ MYŚLOWICE

CHYZ- MYS Cukrzycowa

Kolacja: Herbata czarna granulowana b/c 250 ml , Chleb Graham 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL,), Mix sałat 20 g ,

PN: Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: E: 3063.51 kcal; B: 153.52 g; T: 97.82 g; Kw. tł. nasy.: 38.49 g; W: 411.62 g; W tym cukry: 87.28 g; Bł.: 42.94 g; Sól: 9.47 g; WW: 36.91 Por; Ener. z B: 20.04 %; Ener. z W: 48.14 %; Ener. z T: 28.74 %; Ener. z Bł.: 2.8 %; K: 6385.67 mg;

CHYZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Płatki pszenne na wywarze jarzynowym ##### ml (GLUPSZ, SEL,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Dżem 25 g 1 szt ,

Obiad: Rosół z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g , Sos jarzynowy () 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki () 250 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02,),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Pomidor 50 g , Mix sałat 20 g ,

PN: Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

Wartości odżywcze: E: 3727.13 kcal; B: 150.58 g; T: 94.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; W: 595.89 g; W tym cukry: 79.11 g; Bł.: 61.11 g; Sól: 12.09 g; WW: 53.46 Por; Ener. z B: 16.16 %; Ener. z W: 57.39 %; Ener. z T: 22.9 %; Ener. z Bł.: 3.28 %; K: 5871.8 mg;

CHYZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szyunka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE,),

Obiad: Rosół z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g , Ziemniaki () 250 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02,),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (MLE, SEL,), Mix sałat 20 g ,

PN: Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: E: 3029.67 kcal; B: 142.62 g; T: 96.95 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; W: 409.48 g; W tym cukry: 79.13 g; Bł.: 29.75 g; Sól: 8.61 g; WW: 38.02 Por; Ener. z B: 18.83 %; Ener. z W: 50.13 %; Ener. z T: 28.8 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 5365.54 mg;

CHYZ- MYS Papka

Śniadanie: Papka Śn 600 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Obiad: Papka Ob z udźca () 600 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,),

Kolacja: Papka Kol z udźca () 600 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-25

Oddział: SPZOZ MYŚLOWICE

CHRZ- MYS Papka

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: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Płatki pszenne na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE,),

Obiad: Rosół z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g , Sos jarzynowy () 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki () 250 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,), Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02,),

Kolacja: Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ,), Sałatka jarzynowa - dieta ()* 100 g (MLE, SEL,), Mix sałat 20 g ,

PN: Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW,),

Wartości odżywcze: E: 3050.53 kcal; B: 143.26 g; T: 97.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; W: 414.21 g; W tym cukry: 79.87 g; Bł.: 30.49 g; Sól: 8.72 g; WW: 38.42 Por; Ener. z B: 18.79 %; Ener. z W: 50.32 %; Ener. z T: 28.63 %; Ener. z Bł.: 2 %; K: 5420.93 mg;

CHRZ- MYS Sonda

Śniadanie: Sonda Śn 600 ml (GLUPSZ, 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 (GLUPSZ, 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: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (SOJ, GOR,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Sałata zielona 20 g , Pomidor 80 g , Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (MLE,),

Obiad: Rosół z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, SEL,), Udko pieczone 1 szt. 210 g , Ziemniaki () 250 g , Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,), Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-25

Oddział: SPZOS MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Specjalna

Kolacja:	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt , Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>), Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>), Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ, _</u>), Sałatka jarzynowa - dieta (*) 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>), Mix sałat 20 g ,
PN:	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW, _</u>),
Wartości odżywcze:	E: 2701.66 kcal; B: 125.32 g; T: 94.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.3 g; W: 349.36 g; W tym cukry: 70.02 g; Bł.: 28.84 g; Sól: 9.31 g; WW: 32.04 Por; Ener. z B: 18.55 %; Ener. z W: 47.46 %; Ener. z T: 31.49 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 5032.44 mg;