

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-26

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Podstawowa

- Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Ser żółty 50 g (MLE,), Pomidor 80 g, Sałata zielona 20 g, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g,
- Obiad: Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,), Kotlet schabowy 100 g (GLUPSZ, JAJ,), Ziemniaki () 250 g, Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE,),
- Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 80 g,
- PN: Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLUPSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,),
- Wartości odżywcze: E: 2884.61 kcal; B: 118.21 g; T: 91.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; W: 405.3 g; W tym cukry: 88.14 g; Bł.: 34.31 g; Sól: 10.19 g; WW: 37.29 Por; Ener. z B: 16.39 %; Ener. z W: 51.44 %; Ener. z T: 28.68 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 4746 mg;

CHRZ- MYS Łatwo strawna

- Śniadanie: Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE,), Jabłko 1 szt 1 szt, Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Sałata zielona 20 g, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g,
- Obiad: Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,), Schab gotowany 100 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki () 250 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Babka piaskowa 50 g (GLUPSZ, JAJ, OZI, MLE,),
- Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 80 g,
- PN: Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLUPSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,),
- Wartości odżywcze: E: 2784.54 kcal; B: 129.17 g; T: 74.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; W: 406.48 g; W tym cukry: 106.6 g; Bł.: 28.61 g; Sól: 7.72 g; WW: 37.86 Por; Ener. z B: 18.56 %; Ener. z W: 54.28 %; Ener. z T: 24 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 5327.42 mg;

CHRZ- MYS Cukrzycowa

- Śniadanie: Zacierka na mleku/p 350 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,), Chleb Graham 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE,), Pomidor 80 g, Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,), Sałata zielona 20 g, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g,
- II ŚN: Jabłko 1 szt 1 szt,
- Obiad: Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,), Schab gotowany 100 g, Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL,), Ziemniaki () 250 g, Fasolka szparagowa z wody* 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,), Mandarynka 2 szt,
- PD: Wafle ryżowe 30 g,
- Kolacja: Chleb Graham 130 g (GLUPSZ,), Masło extra 82% 15 g (MLE,), Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana b/c 250 ml, Pomidor 80 g,
- PN: Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-26

Oddział: SPZOZ MYŚLOWICE

CHRZ- MYS Cukrzycowa

Wartości odżywcze: E: 2666.79 kcal; B: 139.14 g; T: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; W: 393.31 g; W tym cukry: 81.24 g; Bł.: 50.94 g; Sól: 7.89 g; WW: 34.37 Por; Ener. z B: 20.87 %; Ener. z W: 51.35 %; Ener. z T: 22.31 %; Ener. z Bł.: 3.82 %; K: 6037.25 mg;

CHRZ- MYS Łatwo starwna bez mleka

Śniadanie: Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g, Pomidor 80 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g,

Obiad: Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml (SEL, _), Schab gotowany 100 g, Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki () 250 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, _),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 80 g,

PN: Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ, _),

Wartości odżywcze: E: 2434.88 kcal; B: 107.88 g; T: 67.3 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; W: 354.74 g; W tym cukry: 67.62 g; Bł.: 27.28 g; Sól: 8.05 g; WW: 32.85 Por; Ener. z B: 17.72 %; Ener. z W: 53.8 %; Ener. z T: 24.87 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4359.19 mg;

CHRZ- MYS Z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie: Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE, _), Jabłko 1 szt 1 szt, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Sałata zielona 20 g, Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g,

Obiad: Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Schab gotowany 100 g, Ziemniaki () 250 g, Cukinia pieczona z olejem * 150 g, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml, jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _), Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, _),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 40 g, Sałata zielona 20 g, Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Pomidor 80 g,

PN: Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ, _),

Wartości odżywcze: E: 2709.31 kcal; B: 124.31 g; T: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.6 g; W: 392.85 g; W tym cukry: 100.4 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 7.57 g; WW: 36.51 Por; Ener. z B: 18.35 %; Ener. z W: 53.8 %; Ener. z T: 24.6 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 5093.03 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

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-26

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Rozdrobniona/Mielona

Śniadanie: Zacierka na mleku/p 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _), Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE, _), Jabłko 1 szt 1 szt , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Sałata zielona 20 g , Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g ,

Obiad: Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Schab gotowany 100 g , Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _), Ziemniaki () 250 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _), Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, _),

Kolacja: Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 40 g , Sałata zielona 20 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Pomidor 80 g ,

PN: Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ, _),

Wartości odżywcze: E: 2726.34 kcal; B: 124.78 g; T: 74.1 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; W: 396.6 g; W tym cukry: 100.48 g; Bł.: 28.61 g; Sól: 7.58 g; WW: 36.87 Por; Ener. z B: 18.31 %; Ener. z W: 53.99 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 2.1 %; K: 5102.67 mg;

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: Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Ser żółty 50 g (MLE, _), Sałata zielona 20 g , Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _), jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _), Sałata zielona 20 g , Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g ,

Obiad: Pomidorowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL, _), Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _), Ziemniaki () 250 g , Cukinia pieczona z olejem * 150 g , Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt , jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE, _),

Kolacja: Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _), Masło extra 82% 15 g (MLE, _), Schab na kartki-wieprzowy, wędzony, parzony 40 g , Sałata zielona 20 g , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt , Pomidor 80 g ,

PN: Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ, _),

Jadłospisy dla oddziałów

Dla: **Kuchnia Chrzanów w dniu: 2023-12-26**

Oddział: SPZOZ MYSŁOWICE

CHRZ- MYS Specjalna

Wartości odżywcze:

E: 2550.03 kcal; B: 101.47 g; T: 89.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; W: 339.67 g; W tym cukry: 57.69 g; Bł.: 28.3 g; Sól: 10.03 g; WW: 31.18 Por; Ener. z B: 15.92 %; Ener. z W: 48.84 %; Ener. z T: 31.74 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4330.54 mg;