

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.łuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.łuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. łuszczu
2026-08-17 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać:</u> <u>MLE, GOR, S02.</u>) Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać:</u> <u>MLE, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać:</u> <u>MLE, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać:</u> <u>MLE, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g
	PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g
		Wartość energetyczna: 1829.77 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 276.01 g; W tym cukry: 58.19 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sód: 3635.69 mg;	Wartość energetyczna: 1897.77 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; W tym cukry: 60.29 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sód: 3283.69 mg;	Wartość energetyczna: 1808.75 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 263.93 g; W tym cukry: 52.21 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 4193.07 mg;	Wartość energetyczna: 1838.59 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; Węglowodany ogółem: 259.86 g; W tym cukry: 50.09 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sód: 4161.48 mg;	Wartość energetyczna: 1905.63 kcal; Białko ogółem: 87.86 g; Tłuszcz: 51.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 286.05 g; W tym cukry: 59.84 g; Błonnik pok.: 18.22 g; Sód: 3240.06 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo starwna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-18 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rukola 20 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rukola 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>) Rukola 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 50 g Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Rukola 20 g
	II ŚN	Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 250 g Klopsik wieprzowy 70 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 200 g	Pomidorowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztecik drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2038.02 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 302.95 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sód: 2222.86 mg;	Wartość energetyczna: 2100.45 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 55.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 315.51 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sód: 2317.96 mg;	Wartość energetyczna: 1902.30 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 275.02 g; W tym cukry: 36.36 g; Błonnik pok.: 32.75 g; Sód: 2305.78 mg;	Wartość energetyczna: 2091.89 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 301.15 g; W tym cukry: 36.90 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sód: 2396.67 mg;	Wartość energetyczna: 1946.66 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 43.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 301.69 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 19.46 g; Sód: 2229.30 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłusz cz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-19 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata lodowa 20 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grycikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Brzoskwinia 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Serek żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	
		Wartość energetyczna: 1927.18 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 277.61 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sód: 2522.27 mg;	Wartość energetyczna: 1839.11 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 268.28 g; W tym cukry: 54.63 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sód: 1877.61 mg;	Wartość energetyczna: 1869.88 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 275.07 g; W tym cukry: 46.85 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sód: 2071.19 mg;	Wartość energetyczna: 1778.96 kcal; Białko ogółem: 100.38 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 252.76 g; W tym cukry: 43.20 g; Błonnik pok.: 29.83 g; Sód: 2063.97 mg;	Wartość energetyczna: 1814.57 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 42.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 267.45 g; W tym cukry: 53.89 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sód: 1985.77 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u>) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u>) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE. GOR.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>)	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>)	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>)	
	PD	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2000.16 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; W tym cukry: 52.75 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sód: 2980.72 mg;	Wartość energetyczna: 1977.20 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 298.39 g; W tym cukry: 47.23 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 2315.55 mg;	Wartość energetyczna: 1887.51 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 266.96 g; W tym cukry: 47.52 g; Błonnik pok.: 33.75 g; Sód: 2803.81 mg;	Wartość energetyczna: 1855.35 kcal; Białko ogółem: 89.86 g; Tłuszcz: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 260.07 g; W tym cukry: 39.90 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sód: 2490.64 mg;	Wartość energetyczna: 1963.28 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 298.45 g; W tym cukry: 46.56 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sód: 2348.84 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-21 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Arbuz 150 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 50 g (MLE.)
	II ŚN			Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)
	PD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z brokuła * 70 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z brokuła * 70 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z brokuła * 70 g	Twarożek 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z brokuła * 70 g	Twarożek 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z brokuła * 70 g
		Wartość energetyczna: 1861.00 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 278.40 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 2722.89 mg;	Wartość energetyczna: 1894.22 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 50.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 273.13 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sód: 2494.53 mg;	Wartość energetyczna: 1834.26 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 273.75 g; W tym cukry: 51.97 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sód: 2436.21 mg;	Wartość energetyczna: 1864.38 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.55 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; W tym cukry: 44.16 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sód: 2419.01 mg;	Wartość energetyczna: 1924.29 kcal; Białko ogółem: 101.00 g; Tłuszcz: 45.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 294.13 g; W tym cukry: 45.15 g; Błonnik pok.: 22.87 g; Sód: 2772.54 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłusz cz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo starwna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-22 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Twarożek na słodko 50 g (<u>MLE.</u>)	
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 110 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Kolacja	Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	
		Wartość energetyczna: 2096.28 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 67.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; W tym cukry: 42.30 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sód: 3747.12 mg;	Wartość energetyczna: 2097.74 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 294.65 g; W tym cukry: 58.78 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sód: 2089.81 mg;	Wartość energetyczna: 1839.73 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 241.32 g; W tym cukry: 33.37 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sód: 3424.84 mg;	Wartość energetyczna: 1883.96 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 270.54 g; W tym cukry: 47.22 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sód: 2272.70 mg;	Wartość energetyczna: 1917.77 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; W tym cukry: 58.06 g; Błonnik pok.: 23.51 g; Sód: 2056.45 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw. tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr. tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Twarożek 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Twarożek 30 g (MLE.)
	II ŚN	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 200 g	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Udko gotowane 1szt. 210 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 200 g	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 200 g
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g
		Wartość energetyczna: 2147.12 kcal; Białko ogółem: 134.48 g; Tłuszcz: 80.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 242.86 g; W tym cukry: 35.89 g; Błonnik pok.: 24.49 g; Sód: 3831.27 mg;	Wartość energetyczna: 2116.35 kcal; Białko ogółem: 134.65 g; Tłuszcz: 71.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 248.14 g; W tym cukry: 37.79 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sód: 3580.68 mg;	Wartość energetyczna: 2094.52 kcal; Białko ogółem: 132.81 g; Tłuszcz: 79.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 235.41 g; W tym cukry: 27.83 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sód: 3665.73 mg;	Wartość energetyczna: 2022.75 kcal; Białko ogółem: 130.08 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 234.48 g; W tym cukry: 27.63 g; Błonnik pok.: 27.04 g; Sód: 3767.14 mg;	Wartość energetyczna: 1687.61 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 38.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 247.54 g; W tym cukry: 37.11 g; Błonnik pok.: 20.09 g; Sód: 3248.33 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo starwna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka wiosenna 70 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztecik Ciechanowski-Pasztecik drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałatka wiosenna 70 g Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałatka wiosenna - diety 70 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	II ŚN			Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 200 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Risotto wegetariańskie z tofu - dieta * 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Risotto wegetariańskie z tofu - dieta * 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)		
	PD	Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 1980.42 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sód: 2934.18 mg;	Wartość energetyczna: 2075.02 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; W tym cukry: 55.24 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sód: 2083.36 mg;	Wartość energetyczna: 2186.02 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 301.64 g; W tym cukry: 68.47 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sód: 2862.87 mg;	Wartość energetyczna: 2104.41 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; W tym cukry: 63.21 g; Błonnik pok.: 31.28 g; Sód: 2306.36 mg;	Wartość energetyczna: 2085.84 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; Węglowodany ogółem: 297.94 g; W tym cukry: 55.24 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sód: 2133.28 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g Bitka schabowa duszona 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD			Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>może zawierać: MLE.</u> , <u>GOR.</u>) Pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g
		Wartość energetyczna: 1894.25 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 252.26 g; W tym cukry: 44.00 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sód: 2792.20 mg;	Wartość energetyczna: 1849.30 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 49.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; W tym cukry: 52.27 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sód: 2467.93 mg;	Wartość energetyczna: 1838.98 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 231.85 g; W tym cukry: 40.00 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sód: 2516.97 mg;	Wartość energetyczna: 1776.18 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 237.94 g; W tym cukry: 47.88 g; Błonnik pok.: 25.94 g; Sód: 2484.98 mg;	Wartość energetyczna: 1737.24 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 40.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 259.22 g; W tym cukry: 53.28 g; Błonnik pok.: 19.52 g; Sód: 2357.17 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-26 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>)	
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g
	PD	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
Kolacja	Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>)	Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>)	Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>)	Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>)	Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2146.20 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 290.15 g; W tym cukry: 51.38 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sód: 2936.48 mg;	Wartość energetyczna: 2140.31 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 70.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 297.15 g; W tym cukry: 52.29 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sód: 2554.90 mg;	Wartość energetyczna: 2057.78 kcal; Białko ogółem: 84.22 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 267.21 g; W tym cukry: 42.92 g; Błonnik pok.: 34.61 g; Sód: 3558.42 mg;	Wartość energetyczna: 1968.33 kcal; Białko ogółem: 89.45 g; Tłuszcz: 65.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 282.07 g; W tym cukry: 41.82 g; Błonnik pok.: 29.91 g; Sód: 3578.16 mg;	Wartość energetyczna: 2046.20 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 296.45 g; W tym cukry: 52.03 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sód: 2610.20 mg;	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłusz cz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo starwna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN			Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 110 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	
	PD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z buraka 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z buraka 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z buraka 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z buraka 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z buraka 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>)
	Wartość energetyczna: 2013.00 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 301.23 g; W tym cukry: 37.95 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sód: 3125.33 mg;	Wartość energetyczna: 2046.19 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 297.45 g; W tym cukry: 34.56 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sód: 2284.27 mg;	Wartość energetyczna: 1934.26 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 281.19 g; W tym cukry: 47.50 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sód: 2650.57 mg;	Wartość energetyczna: 1945.20 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 296.52 g; W tym cukry: 48.38 g; Błonnik pok.: 35.18 g; Sód: 2540.22 mg;	Wartość energetyczna: 1886.85 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 41.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 293.29 g; W tym cukry: 32.81 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sód: 2274.71 mg;	

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłusz cz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-28 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 150 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor 50 g Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 50 g Jabłko 150 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pomidor 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Jabłko pieczone 150 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 50 g Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ. SEL. GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE. SEL. GLU JECZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty kiszanej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE. SEL. GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ. MLE.)	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE. SEL. GLU JECZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty kiszanej z olejem 200 g Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ. MLE.)	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE. SEL. GLU JECZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ. MLE.)	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE. SEL. GLU JECZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ. MLE.)
	PD	Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Twarożek 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Roszponka 20 g	Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Roszponka 20 g	Twarożek 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Roszponka 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.)	Twarożek 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Roszponka 20 g Pomidor 50 g	Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Roszponka 20 g
		Wartość energetyczna: 1816.87 kcal; Białko ogółem: 79.80 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 266.04 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2497.82 mg;	Wartość energetyczna: 1987.78 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 48.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 312.02 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sód: 2135.61 mg;	Wartość energetyczna: 1781.75 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; Węglowodany ogółem: 254.41 g; W tym cukry: 36.73 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sód: 2709.93 mg;	Wartość energetyczna: 1838.37 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 266.74 g; W tym cukry: 42.31 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sód: 2366.52 mg;	Wartość energetyczna: 1933.48 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 44.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; Węglowodany ogółem: 311.99 g; W tym cukry: 71.74 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sód: 2025.37 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw. tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr. tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	
	II ŚN			Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane z olejem 200 g	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 250 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa 110 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane z olejem 200 g
	PD	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 1849.67 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sód: 2928.03 mg;	Wartość energetyczna: 2031.52 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 51.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 308.91 g; W tym cukry: 65.11 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sód: 2302.83 mg;	Wartość energetyczna: 1912.99 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 46.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 304.11 g; W tym cukry: 53.43 g; Błonnik pok.: 37.77 g; Sód: 2705.74 mg;	Wartość energetyczna: 1940.95 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 310.21 g; W tym cukry: 54.59 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sód: 2483.68 mg;	Wartość energetyczna: 1907.12 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 41.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 305.36 g; W tym cukry: 63.79 g; Błonnik pok.: 21.77 g; Sód: 2252.65 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRR- OŚW D01 Podstawowa	CHRR- OŚW D02 Łatwo strawna	CHRR- OŚW D03 Z ogr.łat.przys.węglowodanów/ogr.kw.tłuszcz	CHRR- OŚW D03/D05 Łatwo strawna z ogr.łatwo przys.węglowodanów/ z ogr.tłuszczu	CHRR- OŚW D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>)	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos pieczeniowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>)	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane 250 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 200 g	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 200 g
	PD	Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g
		Wartość energetyczna: 1958.58 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 291.22 g; W tym cukry: 44.97 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sód: 2635.54 mg;	Wartość energetyczna: 1947.93 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 45.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 292.83 g; W tym cukry: 51.08 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sód: 2383.14 mg;	Wartość energetyczna: 1777.82 kcal; Białko ogółem: 104.26 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 260.12 g; W tym cukry: 36.97 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 2494.34 mg;	Wartość energetyczna: 1850.23 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 51.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 268.02 g; W tym cukry: 42.60 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sód: 2507.24 mg;	Wartość energetyczna: 1888.45 kcal; Białko ogółem: 108.04 g; Tłuszcz: 39.78 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 290.64 g; W tym cukry: 52.60 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sód: 2302.78 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,