

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-02 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml</p>	<p>Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml</p>
	II ŚN			<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</u>)</p>	
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pieczarkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Surówka z selera i jabłka 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Mandarynka 150 g</p>	<p>Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 150 g</p>	<p>Brokułowa z ryżem * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Jajko gotowane kl L 2 szt (<u>JAJ</u>) Sos pieczarkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2</u>) Surówka z selera i jabłka 200 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mandarynka 150 g</p>	<p>Brokułowa z ryżem * 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 60 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 150 g</p>
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	<p>Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 30 g Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ</u>)</p>	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml</p>	<p>Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 70 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka	
2026-03-03 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE,</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE,</u>)
	II ŚN		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jablek* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos śmietanowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 60 g Sos śmietanowy 60 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Dyńia z wody - puree 100 g Kompot z porzeczki czerwonej i jablek* z/c 250 ml
	PD	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-04 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SÉL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SÉL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SÉL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SÉL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	
	Obiad	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SÉL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Salatka szwedzka z olejem 150 g (<u>GOR.</u>) Kompot z aronii* z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SÉL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z aronii* z/c 250 ml Banan 150 g	Grysikowa * 300 ml (<u>GLU PSZ, SÉL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Podudzie z kurczaka pieczone 120 g Salatka szwedzka z olejem 200 g (<u>GOR.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Grysikowa * 250 ml (<u>GLU PSZ, SÉL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Podudzie z kurczaka gotowane 60 g Sos koperkowy * 60 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot z aronii* z/c 250 ml Banan 150 g
	PD	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka z pomidora i papryki z fasolą 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka z pomidora i papryki z fasolą 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-05 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 50 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera drobno tarta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera drobno tarta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos pieczarkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SO2.</u>) Surówka z marchwi i selera drobno tarta 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ziemniaczana * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i selera drobno tarta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
	Kolacja	Pomidor 80 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Salata zielona 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Pomidor 100 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Salata zielona 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-06 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 70 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Mandarynka 150 g	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Szpinaż gotowany ze śmietanką*. 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Dyniowa z makaronem* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Mandarynka 150 g	Dyniowa z makaronem* 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Szpinaż gotowany ze śmietanką*. 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 150 g
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-07 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JEĆZ</u>) Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ryż na sypko 150 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Salatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszzonego 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 80 g Salatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 40 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-08 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	
	Obiad	Jabłko 150 g Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 150 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Jabłko 150 g Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Jabłko 150 g Rosół z makaronem * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem drobno tarta 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Rosół z makaronem * 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos koperkowy * 60 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii* z/c 250 ml
	PD	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 80 g (<u>może zawierać: GOR,</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i salaty lodowej 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kielbaski śląskie z kurcząt 100 g (<u>może zawierać: GOR,</u>) Salatka z ciecierzycy, pomidora i salaty lodowej 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Twaróg półtusty 30 g (<u>MLE,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (<u>MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii* z/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 300 g (<u>MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii* z/c 250 ml Banan 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Podudzie z kurczaka gotowane 120 g Sos własny* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem drobno tarta 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomarańcza 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 200 g (<u>MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii* z/c 250 ml Banan 150 g
	PD	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	Herbatniki Be Be 16g 2 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет Jana, wędlna wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет Jana, wędlna wieprzowa, podrobowa pieczona 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 40 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-10 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE.</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	
	Obiad	Jarzynowa z grysikiem dieta* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z grysikiem dieta* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Jarzynowa z grysikiem dieta* 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet drobiowy panierowany 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c drobno tarta 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jarzynowa z grysikiem dieta* 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 60 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	PD	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 30 g Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl L 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 40 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-11 środa	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 30 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem drobno tartą 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Ziemniaczana * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem drobno tartą 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Ziemniaczana * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 150 g Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos koperkowy * 60 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 150 g
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-12 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Salatka z soczewicy, pomidora, ogórka kiszzonego i sałaty 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE,</u>) Salatka z soczewicy, pomidora, ogórka kiszzonego i sałaty 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z aronii* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Szynka wieprzowa duszona 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wieprz łop - dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii* z/c 250 ml
	PD	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02,</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Kakao z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE,</u>)
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny* 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 150 g	Krupnik jęczmienny* 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 150 g	Krupnik jęczmienny* 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Krupnik jęczmienny* 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 150 g
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-14 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos własny* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos własny* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Buraczki gotowane 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Pomarańcza 150 g	Jabłko 150 g	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	Jabłko 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 50 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Kurczak gotowany z kurnej półki- produkt drobiowy, parzony 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-02 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA CHORZÓW

		CH- GCZD Podstawowa	CH- GCZD Łatwo strawna	CH- GCZD Z ogr.łatwoprzysw.węglowodanów	CH- GCZD Małego dziecka
2026-03-15 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c. 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Jajko gotowane kl L 1 szt (<u>JAJ.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Sos własny* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Jabłko 150 g	Pomidorowa z zacierką * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g	Pomidorowa z zacierką * 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 60 g Sos własny* 60 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Jabłko 150 g
	PD	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Krem z orzechów ziemnych 10 g (<u>OZI.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Czekolada gorzka 64% kakao 10 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 2 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 80 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c. 250 ml

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,
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,