

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-01 poniedziałek Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr.prod ukt grubo rozdrobniony, parzony, z dod. białka, w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek Fromage 60 g (GLU PSZ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt						

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-01 poniedziałek	<p>Obiad</p> <p>Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g (SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	
PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt									

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-07-01 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna* 80 g (<u>SEL.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Nisko tłuszczowa
2024-07-01 poniedziałek	Wartość energetyczna: 2384.92 kcal; Białko ogółem: 75.20 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 382.91 g; W tym cukry: 160.12 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sól: 7.80 g; WW: 35.67 Por; : 12.61 %; : 936.71 %; Ener. z T: 26.01 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3472.92 mg;	Wartość energetyczna: 2042.56 kcal; Białko ogółem: 69.05 g; Tłuszcz: 44.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; Węglowodany ogółem: 356.97 g; W tym cukry: 122.78 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 6.76 g; WW: 33.60 Por; : 13.52 %; : 862.45 %; Ener. z T: 19.75 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2899.84 mg;	Wartość energetyczna: 2211.10 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 383.23 g; W tym cukry: 127.00 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 8.20 g; WW: 35.75 Por; : 14.32 %; : 911.04 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3214.91 mg;	Wartość energetyczna: 1651.66 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.17 g; Węglowodany ogółem: 250.58 g; W tym cukry: 58.98 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sól: 7.64 g; WW: 21.55 Por; : 16.22 %; : 829.09 %; Ener. z T: 27.19 %; Ener. z Bł.: 4.13 %; K: 3331.30 mg;	Wartość energetyczna: 2183.69 kcal; Białko ogółem: 73.28 g; Tłuszcz: 51.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 370.50 g; W tym cukry: 118.30 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sól: 6.20 g; WW: 35.14 Por; : 13.42 %; : 902.51 %; Ener. z T: 21.26 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 2948.17 mg;	Wartość energetyczna: 1972.34 kcal; Białko ogółem: 67.18 g; Tłuszcz: 42.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 341.46 g; W tym cukry: 122.51 g; Błonnik pok.: 16.05 g; Sól: 5.80 g; WW: 32.56 Por; : 13.63 %; : 842.16 %; Ener. z T: 19.53 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 2765.21 mg;	Wartość energetyczna: 2037.46 kcal; Białko ogółem: 65.15 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 336.85 g; W tym cukry: 118.81 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 4.82 g; WW: 31.24 Por; : 12.79 %; : 748.37 %; Ener. z T: 22.79 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 2830.31 mg;	Wartość energetyczna: 2522.55 kcal; Białko ogółem: 67.06 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.78 g; Węglowodany ogółem: 410.72 g; W tym cukry: 186.27 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 5.27 g; WW: 38.73 Por; : 10.63 %; : 959.24 %; Ener. z T: 26.22 %; Ener. z Bł.: 1.94 %; K: 3368.14 mg;	Wartość energetyczna: 2052.91 kcal; Białko ogółem: 49.98 g; Tłuszcz: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 363.25 g; W tym cukry: 147.08 g; Błonnik pok.: 14.30 g; Sól: 3.47 g; WW: 34.90 Por; : 9.74 %; : 688.64 %; Ener. z T: 20.36 %; Ener. z Bł.: 1.39 %; K: 2498.22 mg;	Wartość energetyczna: 1982.72 kcal; Białko ogółem: 68.99 g; Tłuszcz: 38.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 356.91 g; W tym cukry: 122.73 g; Błonnik pok.: 21.21 g; Sól: 6.76 g; WW: 33.59 Por; : 13.92 %; : 862.42 %; Ener. z T: 17.35 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 2897.84 mg;
2024-07-02 wtorek	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.)	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica delikatna- produkt blokowy 20 g Połędwica rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Śniadanie Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Połędwica delikatna- produkt blokowy 20 g Połędwica rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Śniadanie Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g
II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)							

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-07-02 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g Marchew oprószana z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (MLE.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (SOJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-07-02 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ.) Buraczki gotowane () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Maryny-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konsерwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2169.02 kcal; Białko ogółem: 84.92 g; Tłuszcz: 79.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 292.05 g; W tym cukry: 59.67 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 10.58 g; WW: 26.59 Por; : 15.66 %; : 728.69 %; Ener. z T: 32.91 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3402.98 mg;	Wartość energetyczna: 2287.88 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 315.66 g; W tym cukry: 63.61 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sól: 10.30 g; WW: 29.23 Por; : 15.69 %; : 817.15 %; Ener. z T: 31.30 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3439.80 mg;	Wartość energetyczna: 2481.96 kcal; Białko ogółem: 114.30 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; W tym cukry: 72.57 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sól: 11.28 g; WW: 28.35 Por; : 18.42 %; : 906.12 %; Ener. z T: 33.56 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4114.06 mg;	Wartość energetyczna: 1591.33 kcal; Białko ogółem: 76.45 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 188.54 g; W tym cukry: 24.06 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sól: 9.16 g; WW: 16.18 Por; : 19.22 %; : 577.17 %; Ener. z T: 36.86 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 2968.70 mg;	Wartość energetyczna: 2219.07 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; W tym cukry: 92.04 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 8.16 g; WW: 30.39 Por; : 16.03 %; : 890.04 %; Ener. z T: 27.24 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 3698.03 mg;	Wartość energetyczna: 2286.22 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; W tym cukry: 63.34 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 7.28 g; WW: 30.00 Por; : 15.54 %; : 795.31 %; Ener. z T: 29.66 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3331.05 mg;	Wartość energetyczna: 2001.97 kcal; Białko ogółem: 75.24 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 292.64 g; W tym cukry: 71.94 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sól: 6.69 g; WW: 27.15 Por; : 15.03 %; : 959.49 %; Ener. z T: 28.44 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3231.31 mg;	Wartość energetyczna: 2073.17 kcal; Białko ogółem: 70.56 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 5.96 g; WW: 30.01 Por; : 13.61 %; : 609.81 %; Ener. z T: 25.25 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 1970.14 mg;	Wartość energetyczna: 2214.63 kcal; Białko ogółem: 69.79 g; Tłuszcz: 81.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 304.66 g; W tym cukry: 86.86 g; Błonnik pok.: 17.69 g; Sól: 7.94 g; WW: 28.77 Por; : 12.61 %; : 931.92 %; Ener. z T: 33.31 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 3447.87 mg;	Wartość energetyczna: 2152.77 kcal; Białko ogółem: 85.03 g; Tłuszcz: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 315.39 g; W tym cukry: 86.46 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sól: 10.70 g; WW: 28.96 Por; : 15.80 %; : 1090.59 %; Ener. z T: 28.30 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3803.05 mg;	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-03 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Ser topiony 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 150 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzo na, parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ, MLE.)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)						

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-03 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza bulgur 100 g (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 70 g (JAJ.) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por (MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (SEL.)	Kurczak zapiekany-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, zapiekany z dod. biał. mleka w osłonce niejadalnej. 50 g (JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-03 środa	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2404.66 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 99.33 g; Kw. tł. nasy.: 41.72 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; W tym cukry: 65.96 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 9.31 g; WW: 27.51 Por; : 13.83 %; : 690.45 %; Ener. z T: 37.17 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3259.51 mg;	Wartość energetyczna: 2219.56 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 7.81 g; WW: 28.18 Por; : 15.73 %; : 802.71 %; Ener. z T: 30.99 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3335.89 mg;	Wartość energetyczna: 2520.57 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 93.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.51 g; Węglowodany ogółem: 322.33 g; W tym cukry: 29.81 g; Błonnik pok.: 63.81 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 8.76 g; WW: 29.37 Por; : 17.26 %; : 827.93 %; Ener. z T: 33.55 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3735.58 mg;	Wartość energetyczna: 1764.21 kcal; Białko ogółem: 74.25 g; Tłuszcz: 63.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 235.06 g; W tym cukry: 29.81 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 5.71 g; WW: 20.43 Por; : 16.84 %; : 717.33 %; Ener. z T: 32.46 %; Ener. z Bł.: 3.50 %; K: 3625.61 mg;	Wartość energetyczna: 2539.29 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 366.54 g; W tym cukry: 119.10 g; Błonnik pok.: 20.90 g; Sól: 7.18 g; WW: 34.58 Por; : 15.05 %; : 904.16 %; Ener. z T: 29.47 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3326.20 mg;	Wartość energetyczna: 2126.04 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; W tym cukry: 79.32 g; Błonnik pok.: 19.08 g; Sól: 7.53 g; WW: 28.84 Por; : 15.87 %; : 744.72 %; Ener. z T: 27.36 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3063.39 mg;	Wartość energetyczna: 1917.68 kcal; Białko ogółem: 73.37 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 283.82 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 19.08 g; Sól: 6.42 g; WW: 26.45 Por; : 15.30 %; : 665.26 %; Ener. z T: 26.60 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2763.22 mg;	Wartość energetyczna: 2505.74 kcal; Białko ogółem: 64.02 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 394.19 g; W tym cukry: 95.45 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 6.11 g; WW: 36.47 Por; : 10.22 %; : 1167.13 %; Ener. z T: 28.57 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 4724.47 mg;	Wartość energetyczna: 2167.62 kcal; Białko ogółem: 70.35 g; Tłuszcz: 83.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; W tym cukry: 53.49 g; Błonnik pok.: 12.31 g; Sól: 4.90 g; WW: 27.29 Por; : 12.98 %; : 589.47 %; Ener. z T: 34.66 %; Ener. z Bł.: 1.14 %; K: 2761.24 mg;	Wartość energetyczna: 2199.72 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 320.01 g; W tym cukry: 79.59 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 7.71 g; WW: 29.67 Por; : 15.48 %; : 764.98 %; Ener. z T: 27.75 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3211.89 mg;

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-04 czwartek Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 60 g (MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kurczak gotowany-dr,prod ukt grubo rozdrobniony,parzony, z dod.białka, w osłonce niejadalnej. 30 g (JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konszerwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-04 czwartek	II ŚN									
	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)</p>									
	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 50 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 440 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, SEL.) Sałata zielona z rzodkiewką i jogurtem 50 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * (bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese z łyż wp-dieta* 300 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.)</p>
PD	Banan 1szt. 1 szt		<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)</p>				Banan 1szt. 1 szt		Mus z jabłek prażonych 150 g	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-07-04 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka piastowska-wędz onka wieprzowa, wędzo na, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2394.83 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 339.48 g; W tym cukry: 93.25 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sól: 7.66 g; WW: 31.13 Por; : 15.34 %; : 787.10 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3646.40 mg;	Wartość energetyczna: 2275.52 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; W tym cukry: 92.00 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 8.99 g; WW: 31.59 Por; : 17.15 %; : 836.86 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3592.28 mg;	Wartość energetyczna: 2603.87 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 81.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 353.98 g; W tym cukry: 55.97 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sól: 12.17 g; WW: 32.66 Por; : 18.97 %; : 739.83 %; Ener. z T: 28.33 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3379.52 mg;	Wartość energetyczna: 1996.21 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 69.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 270.75 g; W tym cukry: 20.99 g; Błonnik pok.: 33.94 g; Sól: 7.87 g; WW: 23.89 Por; : 16.71 %; : 617.71 %; Ener. z T: 31.25 %; Ener. z Bł.: 3.40 %; K: 3209.86 mg;	Wartość energetyczna: 2364.19 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 342.42 g; W tym cukry: 86.16 g; Błonnik pok.: 17.76 g; Sól: 6.62 g; WW: 32.56 Por; : 16.84 %; : 751.20 %; Ener. z T: 26.20 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 2980.74 mg;	Wartość energetyczna: 2283.71 kcal; Białko ogółem: 60.80 g; Tłuszcz: 92.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 344.80 g; W tym cukry: 118.62 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sól: 5.83 g; WW: 32.72 Por; : 16.22 %; : 818.12 %; Ener. z T: 23.96 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3400.03 mg;	Wartość energetyczna: 2143.78 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; Węglowodany ogółem: 341.06 g; W tym cukry: 119.60 g; Błonnik pok.: 20.35 g; Sól: 4.37 g; WW: 32.24 Por; : 14.32 %; : 773.55 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3116.13 mg;	Wartość energetyczna: 2292.89 kcal; Białko ogółem: 80.58 g; Tłuszcz: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.22 g; Węglowodany ogółem: 352.44 g; W tym cukry: 91.60 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sól: 6.69 g; WW: 32.49 Por; : 14.06 %; : 869.96 %; Ener. z T: 25.85 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3352.69 mg;	Wartość energetyczna: 2117.74 kcal; Białko ogółem: 63.91 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 319.61 g; W tym cukry: 81.27 g; Błonnik pok.: 13.93 g; Sól: 5.32 g; WW: 30.69 Por; : 12.07 %; : 609.24 %; Ener. z T: 27.82 %; Ener. z Bł.: 1.32 %; K: 2823.82 mg;	Wartość energetyczna: 2098.29 kcal; Białko ogółem: 90.02 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 319.09 g; W tym cukry: 91.32 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 9.14 g; WW: 29.20 Por; : 17.16 %; : 821.57 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3149.68 mg;	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-05 piątek Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 20 g (SOJ,) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce 20 g (SOJ,) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 60 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 25 g 2 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)						

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-05 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 70 g (RYB.) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 80 g (SOJ.) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-05 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 60 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 30 g (SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-05 piątek	Wartość energetyczna: 2412.90 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 85.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 332.98 g; W tym cukry: 96.56 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sól: 6.52 g; WW: 30.30 Por; : 14.87 %; : 860.70 %; Ener. z T: 32.07 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3422.27 mg;	Wartość energetyczna: 2404.04 kcal; Białko ogółem: 93.46 g; Tłuszcz: 77.59 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 347.48 g; W tym cukry: 109.79 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 7.46 g; WW: 31.97 Por; : 15.55 %; : 921.11 %; Ener. z T: 29.05 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 3737.34 mg;	Wartość energetyczna: 2626.11 kcal; Białko ogółem: 115.35 g; Tłuszcz: 97.65 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; Węglowodany ogółem: 338.92 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 35.52 g; Sól: 11.29 g; WW: 30.34 Por; : 17.57 %; : 931.36 %; Ener. z T: 33.47 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 4023.94 mg;	Wartość energetyczna: 1753.17 kcal; Białko ogółem: 82.00 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 208.56 g; W tym cukry: 42.35 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 7.45 g; WW: 17.73 Por; : 18.71 %; : 718.53 %; Ener. z T: 37.13 %; Ener. z Bł.: 3.47 %; K: 3108.08 mg;	Wartość energetyczna: 2177.31 kcal; Białko ogółem: 78.18 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 345.95 g; W tym cukry: 107.37 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 7.82 g; WW: 32.12 Por; : 14.36 %; : 952.16 %; Ener. z T: 24.16 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3224.62 mg;	Wartość energetyczna: 2345.22 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 334.06 g; W tym cukry: 109.15 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sól: 6.79 g; WW: 31.13 Por; : 15.61 %; : 900.82 %; Ener. z T: 29.46 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3586.84 mg;	Wartość energetyczna: 2116.67 kcal; Białko ogółem: 66.73 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 314.40 g; W tym cukry: 116.42 g; Błonnik pok.: 22.59 g; Sól: 5.25 g; WW: 29.23 Por; : 12.61 %; : 755.97 %; Ener. z T: 30.19 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3030.46 mg;	Wartość energetyczna: 2318.40 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.31 g; Węglowodany ogółem: 345.76 g; W tym cukry: 106.77 g; Błonnik pok.: 33.24 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.32 Por; : 15.08 %; : 981.93 %; Ener. z T: 27.36 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3160.15 mg;	Wartość energetyczna: 2385.60 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 84.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; Węglowodany ogółem: 337.60 g; W tym cukry: 106.65 g; Błonnik pok.: 16.87 g; Sól: 4.84 g; WW: 32.10 Por; : 12.65 %; : 748.10 %; Ener. z T: 31.70 %; Ener. z Bł.: 1.41 %; K: 3233.22 mg;	Wartość energetyczna: 2314.79 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 349.86 g; W tym cukry: 108.78 g; Błonnik pok.: 28.28 g; Sól: 9.27 g; WW: 32.23 Por; : 15.59 %; : 916.79 %; Ener. z T: 26.51 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3634.94 mg;
2024-07-06 sobota	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SOJ.</u>) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</u>) Arbuz 150 g
II ŚN				Arbuz 150 g						

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-06 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 250 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 350 g (SEL.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)		
		Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wędzonych pieczony 80 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem* 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Ser topiony 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
2024-07-06 sobota	Wartość energetyczna: 2326.18 kcal; Białko ogółem: 88.41 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 339.01 g; W tym cukry: 120.40 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sól: 7.96 g; WW: 31.68 Por; : 15.20 %; : 934.46 %; Ener. z T: 28.25 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3065.12 mg;	Wartość energetyczna: 2344.45 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 372.00 g; W tym cukry: 136.80 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 7.91 g; WW: 34.89 Por; : 16.43 %; : 1123.44 %; Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3860.15 mg;	Wartość energetyczna: 2607.72 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 33.62 g; Węglowodany ogółem: 382.81 g; W tym cukry: 132.84 g; Błonnik pok.: 30.94 g; Sól: 8.39 g; WW: 35.25 Por; : 19.42 %; : 1175.58 %; Ener. z T: 24.46 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4426.66 mg;	Wartość energetyczna: 1721.25 kcal; Białko ogółem: 81.96 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 245.78 g; W tym cukry: 66.36 g; Błonnik pok.: 32.22 g; Sól: 7.41 g; WW: 21.33 Por; : 19.05 %; : 906.19 %; Ener. z T: 27.46 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 3509.57 mg;	Wartość energetyczna: 2305.14 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 360.58 g; W tym cukry: 100.23 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sól: 7.50 g; WW: 33.91 Por; : 14.85 %; : 862.36 %; Ener. z T: 24.50 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3424.74 mg;	Wartość energetyczna: 2266.09 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 56.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 354.57 g; W tym cukry: 130.75 g; Błonnik pok.: 18.69 g; Sól: 6.33 g; WW: 33.64 Por; : 16.73 %; : 1052.80 %; Ener. z T: 22.55 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3466.03 mg;	Wartość energetyczna: 1991.79 kcal; Białko ogółem: 74.81 g; Tłuszcz: 41.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 338.39 g; W tym cukry: 129.87 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sól: 4.55 g; WW: 31.82 Por; : 15.02 %; : 963.28 %; Ener. z T: 18.75 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3287.10 mg;	Wartość energetyczna: 2541.51 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 36.54 g; Węglowodany ogółem: 381.02 g; W tym cukry: 137.86 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 6.03 g; WW: 35.41 Por; : 13.49 %; : 1153.10 %; Ener. z T: 28.84 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3780.84 mg;	Wartość energetyczna: 2229.54 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 348.62 g; W tym cukry: 126.87 g; Błonnik pok.: 15.91 g; Sól: 5.83 g; WW: 33.34 Por; : 13.74 %; : 880.79 %; Ener. z T: 24.90 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 3323.37 mg;	Wartość energetyczna: 2150.07 kcal; Białko ogółem: 92.02 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 120.44 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 7.77 g; WW: 32.55 Por; : 17.12 %; : 1097.91 %; Ener. z T: 20.40 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3890.13 mg;

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-07-07 niedziela	Sniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona w ostonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.) Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w ostonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Wafle ryżowe 30 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)							

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa
2024-07-07 niedziela Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kotlet schabowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mizeria 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Mizeria 100 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.)	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kotlety sojowe 80 g (SOJ.) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mizeria 200 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny (bez glutenu) 70 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Schab gotowany 80 g Ziemniaki młode gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (GLU PSZ, SEL.)
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)					Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	
2024-07-07 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (MLE.) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Twarożek 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 80 g	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.)	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Wartość energetyczna: 2319.47 kcal; Białko ogółem: 83.37 g; Tłuszcz: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 309.24 g; W tym cukry: 81.20 g; Błonnik pok.: 25.84 g; Sól: 6.84 g; WW: 28.32 Por.; : 14.38 %; : 876.40 %; Ener. z T: 33.99 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3593.17 mg;	Wartość energetyczna: 2360.75 kcal; Białko ogółem: 95.54 g; Tłuszcz: 82.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 321.18 g; W tym cukry: 84.66 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 6.58 g; WW: 29.34 Por.; : 16.19 %; : 941.20 %; Ener. z T: 31.42 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3985.61 mg;	Wartość energetyczna: 2501.55 kcal; Białko ogółem: 105.15 g; Tłuszcz: 88.89 g; Kw. tł. nasy.: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; W tym cukry: 85.18 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sól: 8.81 g; WW: 30.26 Por.; : 16.81 %; : 959.07 %; Ener. z T: 31.98 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4120.11 mg;	Wartość energetyczna: 1599.52 kcal; Białko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 189.14 g; W tym cukry: 29.23 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sól: 8.42 g; WW: 16.23 Por.; : 21.05 %; : 632.87 %; Ener. z T: 35.00 %; Ener. z Bł.: 3.36 %; K: 3168.33 mg;	Wartość energetyczna: 2300.94 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 336.09 g; W tym cukry: 108.24 g; Błonnik pok.: 18.65 g; Sól: 6.24 g; WW: 31.75 Por.; : 16.23 %; : 880.96 %; Ener. z T: 27.19 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 3596.91 mg;	Wartość energetyczna: 2300.97 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 79.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.77 g; Węglowodany ogółem: 309.92 g; W tym cukry: 83.85 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 5.90 g; WW: 28.89 Por.; : 16.37 %; : 922.46 %; Ener. z T: 31.28 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 3793.36 mg;	Wartość energetyczna: 2001.93 kcal; Białko ogółem: 70.94 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 296.14 g; W tym cukry: 112.04 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 6.36 g; WW: 27.20 Por.; : 14.17 %; : 768.63 %; Ener. z T: 28.41 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3181.26 mg;	Wartość energetyczna: 2271.87 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 40.80 g; Węglowodany ogółem: 318.25 g; W tym cukry: 80.19 g; Błonnik pok.: 27.35 g; Sól: 5.81 g; WW: 29.08 Por.; : 16.21 %; : 997.08 %; Ener. z T: 29.15 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3369.00 mg;	Wartość energetyczna: 1962.51 kcal; Białko ogółem: 62.88 g; Tłuszcz: 68.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 280.20 g; W tym cukry: 66.09 g; Błonnik pok.: 17.72 g; Sól: 5.78 g; WW: 26.20 Por.; : 12.82 %; : 654.48 %; Ener. z T: 31.37 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3135.12 mg;	Wartość energetyczna: 2232.39 kcal; Białko ogółem: 92.23 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 337.72 g; W tym cukry: 101.16 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 6.29 g; WW: 31.24 Por.; : 16.53 %; : 876.12 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3667.81 mg;	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-01 poniedziałek Śniadanie	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ.</u>) <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ.</u>) <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ.</u>) <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml</p>
II ŚN				Jabłko 150 g	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-07-01 poniedziałek

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Pulpet drobiowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos majerankowy * 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-07-01 poniedziałek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta warzywna* 60 g (SEL.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
			Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Chleb razowy pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa,produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa,produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)
	PN					

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-01 poniedziałek	Wartość energetyczna: 1696.51 kcal; Białko ogółem: 45.86 g; Tłuszcz: 19.27 g; Kw. tł. nasy.: 6.79 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; W tym cukry: 136.85 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sól: 3.88 g; WW: 32.53 Por.; : 10.81 %; : 669.52 %; Ener. z T: 10.22 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 1860.22 mg;	Wartość energetyczna: 1806.94 kcal; Białko ogółem: 39.48 g; Tłuszcz: 28.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 360.06 g; W tym cukry: 125.28 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sól: 4.11 g; WW: 33.52 Por.; : 8.74 %; : 774.48 %; Ener. z T: 14.35 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 2502.03 mg;	Wartość energetyczna: 2004.84 kcal; Białko ogółem: 62.75 g; Tłuszcz: 52.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 328.85 g; W tym cukry: 101.01 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 7.07 g; WW: 30.47 Por.; : 12.52 %; : 715.53 %; Ener. z T: 23.50 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2769.64 mg;	Wartość energetyczna: 1647.34 kcal; Białko ogółem: 63.16 g; Tłuszcz: 45.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.96 g; Węglowodany ogółem: 261.45 g; W tym cukry: 56.55 g; Błonnik pok.: 35.74 g; Sól: 9.33 g; WW: 22.53 Por.; : 15.34 %; : 833.84 %; Ener. z T: 25.13 %; Ener. z Bł.: 4.34 %; K: 3362.63 mg;	Wartość energetyczna: 2041.56 kcal; Białko ogółem: 69.05 g; Tłuszcz: 45.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 356.92 g; W tym cukry: 120.53 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sól: 6.71 g; WW: 33.30 Por.; : 13.53 %; : 985.45 %; Ener. z T: 19.93 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3100.84 mg;
2024-07-02 wtorek	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ. JAJ.)
II ŚN				Arbuz 150 g	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-02 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta (bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-07-02 wtorek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałatka wiosenna - diety 100 g
		PN	Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	Wartość energetyczna: 1954.58 kcal; Białko ogółem: 43.86 g; Tłuszcz: 47.21 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; W tym cukry: 76.48 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sól: 6.36 g; WW: 32.34 Por; : 8.98 %; : 735.31 %; Ener. z T: 21.74 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 1732.32 mg;	Wartość energetyczna: 1928.47 kcal; Białko ogółem: 46.42 g; Tłuszcz: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; W tym cukry: 82.37 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sól: 8.44 g; WW: 30.60 Por; : 9.63 %; : 790.27 %; Ener. z T: 24.42 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 2041.31 mg;	Wartość energetyczna: 1999.92 kcal; Białko ogółem: 74.38 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; W tym cukry: 72.58 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sól: 10.20 g; WW: 26.00 Por; : 14.88 %; : 979.78 %; Ener. z T: 31.03 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3381.81 mg;	Wartość energetyczna: 1654.21 kcal; Białko ogółem: 68.55 g; Tłuszcz: 68.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 207.28 g; W tym cukry: 43.70 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 9.64 g; WW: 17.79 Por; : 16.58 %; : 828.46 %; Ener. z T: 37.15 %; Ener. z Bł.: 3.55 %; K: 3163.87 mg;	Wartość energetyczna: 2276.13 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 79.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 10.34 g; WW: 28.90 Por; : 15.65 %; : 823.32 %; Ener. z T: 31.48 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3481.55 mg;	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-03 środa Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ. MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ. MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produk t blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzo na parzona z dodatkiem wody. 30 g (SOJ. MLE.)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-07-03 środa	Obiad	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
2024-07-03 środa	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna* 60 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w ostonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w ostonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-03 środa	PN				
	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	Wartość energetyczna: 1657.31 kcal; Białko ogółem: 44.87 g; Tłuszcz: 35.52 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; Węglowodany ogółem: 297.78 g; W tym cukry: 67.88 g; Błonnik pok.: 24.40 g; Sól: 5.45 g; WW: 27.32 Por; : 10.83 %; : 620.26 %; Ener. z T: 19.29 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 2331.66 mg;	Wartość energetyczna: 1824.76 kcal; Białko ogółem: 46.36 g; Tłuszcz: 50.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 305.15 g; W tym cukry: 73.19 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sól: 5.50 g; WW: 27.88 Por; : 10.16 %; : 728.21 %; Ener. z T: 25.01 %; Ener. z Bł.: 2.89 %; K: 2851.09 mg;	Wartość energetyczna: 1999.95 kcal; Białko ogółem: 70.24 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 275.23 g; W tym cukry: 68.12 g; Błonnik pok.: 18.36 g; Sól: 8.26 g; WW: 25.68 Por; : 14.05 %; : 641.82 %; Ener. z T: 32.11 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2785.09 mg;	Wartość energetyczna: 1749.73 kcal; Białko ogółem: 65.44 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 257.16 g; W tym cukry: 44.95 g; Błonnik pok.: 35.29 g; Sól: 7.46 g; WW: 22.20 Por; : 14.96 %; : 671.51 %; Ener. z T: 29.24 %; Ener. z Bł.: 4.03 %; K: 3644.33 mg;	Wartość energetyczna: 2219.56 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 76.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; W tym cukry: 63.74 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 7.81 g; WW: 28.18 Por; : 15.73 %; : 802.71 %; Ener. z T: 30.99 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3335.89 mg;

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-04 czwartek Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzo- na, parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Masło extra 82% 5 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzo- na, parzona 80 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-04 czwartek II ŚN Obiad PD				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>)	
	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z warzywami*. 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese z łop wp-dieta* 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g	
	Banan 1szt. 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	Banan 1szt. 1 szt

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-04 czwartek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka piastowska-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 1756.42 kcal; Białko ogółem: 47.57 g; Tłuszcz: 23.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.24 g; Węglowodany ogółem: 346.97 g; W tym cukry: 104.69 g; Błonnik pok.: 25.57 g; Sól: 4.37 g; WW: 32.28 Por; : 10.83 %; : 664.78 %; Ener. z T: 12.28 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 2475.67 mg;	Wartość energetyczna: 1844.55 kcal; Białko ogółem: 49.89 g; Tłuszcz: 40.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 333.76 g; W tym cukry: 82.43 g; Błonnik pok.: 23.85 g; Sól: 6.37 g; WW: 31.09 Por; : 10.82 %; : 762.58 %; Ener. z T: 19.52 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 2958.92 mg;	Wartość energetyczna: 1997.33 kcal; Białko ogółem: 88.19 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 289.08 g; W tym cukry: 81.29 g; Błonnik pok.: 16.09 g; Sól: 7.40 g; WW: 27.42 Por; : 17.66 %; : 711.58 %; Ener. z T: 25.38 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3052.43 mg;	Wartość energetyczna: 1794.66 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 54.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 248.16 g; W tym cukry: 16.51 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 9.23 g; WW: 22.18 Por; : 19.41 %; : 551.99 %; Ener. z T: 27.54 %; Ener. z Bł.: 3.09 %; K: 2898.24 mg;	Wartość energetyczna: 2275.52 kcal; Białko ogółem: 97.56 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 337.40 g; W tym cukry: 92.00 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 8.99 g; WW: 31.59 Por; : 17.15 %; : 836.86 %; Ener. z T: 25.04 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3592.28 mg;

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-05 piątek Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
II ŚN				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

		STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-05 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Knedle z włoszczyzną (*) 250 g (<u>SEL.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny * 400 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-05 piątek	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy Pomidor 80 g Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Konszerwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ.)
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w ostrości niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 25 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR-Ubogopurynowa	STAR-Niskobiałkowa	STAR-Bezmleczna	STAR-Cukrzyca bezmleczna	STAR-Bogatoresztkowa
2024-07-05 piątek	<p>Wartość energetyczna: 1914.42 kcal; Białko ogółem: 55.94 g; Tłuszcz: 35.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.97 g; Węglowodany ogółem: 358.84 g; W tym cukry: 97.07 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 6.25 g; WW: 32.93 Por; : 11.69 %; : 820.23 %; Ener. z T: 16.57 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 2959.87 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2059.79 kcal; Białko ogółem: 40.13 g; Tłuszcz: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 385.38 g; W tym cukry: 106.24 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 5.32 g; WW: 35.57 Por; : 7.79 %; : 861.68 %; Ener. z T: 20.58 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 3041.11 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2019.51 kcal; Białko ogółem: 64.62 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 292.77 g; W tym cukry: 116.21 g; Błonnik pok.: 22.25 g; Sól: 5.12 g; WW: 27.10 Por; : 12.80 %; : 733.28 %; Ener. z T: 31.50 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3021.84 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1832.69 kcal; Białko ogółem: 69.72 g; Tłuszcz: 80.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 221.22 g; W tym cukry: 58.43 g; Błonnik pok.: 30.99 g; Sól: 7.40 g; WW: 19.05 Por; : 15.22 %; : 677.00 %; Ener. z T: 39.76 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 2677.16 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2399.72 kcal; Białko ogółem: 93.08 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; W tym cukry: 109.52 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 7.46 g; WW: 31.92 Por; : 15.51 %; : 910.96 %; Ener. z T: 29.08 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3701.16 mg;</p>
2024-07-06 sobota	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)</p>
II ŚN				Arbuz 150 g	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-07-06 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmlęczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-06 sobota	PN				
	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt				
	Wartość energetyczna: 1658.51 kcal; Białko ogółem: 43.68 g; Tłuszcz: 28.49 g; Kw. tł. nasy.: 8.59 g; Węglowodany ogółem: 321.62 g; W tym cukry: 95.83 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sól: 4.92 g; WW: 29.43 Por; : 10.53 %; : 983.26 %; Ener. z T: 15.46 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 3156.42 mg;	Wartość energetyczna: 1804.84 kcal; Białko ogółem: 44.34 g; Tłuszcz: 42.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; Węglowodany ogółem: 327.19 g; W tym cukry: 100.05 g; Błonnik pok.: 28.42 g; Sól: 4.95 g; WW: 29.84 Por; : 9.83 %; : 1074.23 %; Ener. z T: 21.16 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 3600.52 mg;	Wartość energetyczna: 2087.76 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 53.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 339.47 g; W tym cukry: 111.99 g; Błonnik pok.: 25.83 g; Sól: 7.70 g; WW: 31.40 Por; : 14.56 %; : 1036.03 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3682.53 mg;	Wartość energetyczna: 1725.24 kcal; Białko ogółem: 65.16 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 261.21 g; W tym cukry: 64.85 g; Błonnik pok.: 33.89 g; Sól: 7.32 g; WW: 22.75 Por; : 15.11 %; : 908.71 %; Ener. z T: 28.10 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 3750.07 mg;	Wartość energetyczna: 2344.45 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 372.00 g; W tym cukry: 136.80 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 7.91 g; WW: 34.89 Por; : 16.43 %; : 1123.44 %; Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3860.15 mg;

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
2024-07-07 niedziela	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Miód 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Miód 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Wafle ryżowe 30 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> , <u>GLU OW.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzo wa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>)	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

2024-07-07 niedziela

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa
Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 50 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 60 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 70 g Ziemniaki młode z tłuszczem gotowane () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Jabłko 150 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	

Jadłospisy z 27. tygodnia, tj. od dnia 2024-07-01 do dnia 2024-07-07 KUCHNIA STARACHOWICE

	STAR- Ubogopurynowa	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	
2024-07-07 niedziela	Kolacja	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 30 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 30 g (MLE.) Mus z jabłek prażonych 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ.) Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (MLE.) Jabłko 150 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JĘCZ.)
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ. JAJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ. JAJ.)
		Wartość energetyczna: 2121.84 kcal; Białko ogółem: 62.31 g; Tłuszcz: 45.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 382.38 g; W tym cukry: 106.78 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sól: 4.34 g; WW: 35.53 Por; : 11.75 %; : 929.39 %; Ener. z T: 19.23 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3153.29 mg;	Wartość energetyczna: 2182.63 kcal; Białko ogółem: 62.24 g; Tłuszcz: 49.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 390.35 g; W tym cukry: 125.44 g; Błonnik pok.: 26.62 g; Sól: 6.23 g; WW: 36.30 Por; : 11.41 %; : 921.66 %; Ener. z T: 20.21 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3093.64 mg;	Wartość energetyczna: 1967.21 kcal; Białko ogółem: 74.61 g; Tłuszcz: 57.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 301.93 g; W tym cukry: 85.40 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sól: 9.36 g; WW: 27.40 Por; : 15.17 %; : 803.79 %; Ener. z T: 26.50 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3395.91 mg;	Wartość energetyczna: 1407.48 kcal; Białko ogółem: 74.37 g; Tłuszcz: 39.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 205.48 g; W tym cukry: 30.93 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 10.49 g; WW: 17.82 Por; : 21.14 %; : 624.09 %; Ener. z T: 25.07 %; Ener. z Bł.: 4.20 %; K: 2905.11 mg;	Wartość energetyczna: 2355.72 kcal; Białko ogółem: 94.11 g; Tłuszcz: 81.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.59 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g; W tym cukry: 84.32 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 6.58 g; WW: 29.64 Por; : 15.98 %; : 942.75 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3943.86 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,
SO2 - 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 JEĆCZ - 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,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,