

	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	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-08 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Bulka 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> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Bulka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Bulka 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 Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Bulka 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> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Jabłko 150 g	Bulka 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> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN			Mandarynka 150 g						
2024-01-08 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka () 200 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 70 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml ( <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
		PD	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )		

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-01-08 poniedziałek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Papryka konserwowa 80 g Pomidor 80 g	Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 60 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</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> ) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor 80 g	Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 30 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Pomidor 80 g	
	PN	Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g		Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )			Wafle ryżowe 30 g		Chalka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
		E: 2357.85 kcal; B: 83.94 g; T: 74.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.37 g; W: 353.34 g; W tym cukry: 91.17 g; Bł.: 31.57 g; Sól: 6.84 g; WW: 32.28 Por; Ener. z B: 14.24 %; Ener. z W: 54.59 %; Ener. z T: 28.37 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3479.30 mg;	E: 2372.51 kcal; B: 86.03 g; T: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; W: 351.13 g; W tym cukry: 90.51 g; Bł.: 28.27 g; Sól: 6.06 g; WW: 32.41 Por; Ener. z B: 14.50 %; Ener. z W: 54.43 %; Ener. z T: 28.85 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3617.59 mg;	E: 2811.45 kcal; B: 109.38 g; T: 88.42 g; Kw. tł. nasy.: 40.13 g; W: 412.36 g; W tym cukry: 83.95 g; Bł.: 32.93 g; Sól: 6.44 g; WW: 38.16 Por; Ener. z B: 15.56 %; Ener. z W: 53.98 %; Ener. z T: 28.30 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3797.20 mg;	E: 1965.93 kcal; B: 76.07 g; T: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; W: 280.85 g; W tym cukry: 41.35 g; Bł.: 43.19 g; Sól: 8.26 g; WW: 23.83 Por; Ener. z B: 15.48 %; Ener. z W: 48.36 %; Ener. z T: 31.00 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 4131.75 mg;	E: 2407.97 kcal; B: 94.04 g; T: 74.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; W: 353.03 g; W tym cukry: 101.34 g; Bł.: 26.97 g; Sól: 7.94 g; WW: 32.71 Por; Ener. z B: 15.62 %; Ener. z W: 54.16 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4435.74 mg;	E: 2315.66 kcal; B: 89.84 g; T: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; W: 353.29 g; W tym cukry: 92.05 g; Bł.: 24.67 g; Sól: 4.80 g; WW: 32.94 Por; Ener. z B: 15.52 %; Ener. z W: 56.76 %; Ener. z T: 25.32 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3428.70 mg;	E: 1976.26 kcal; B: 64.65 g; T: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; W: 324.54 g; W tym cukry: 74.11 g; Bł.: 27.09 g; Sól: 5.59 g; WW: 29.75 Por; Ener. z B: 13.08 %; Ener. z W: 60.21 %; Ener. z T: 24.06 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 3849.54 mg;	E: 2356.52 kcal; B: 89.93 g; T: 64.50 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; W: 368.36 g; W tym cukry: 94.74 g; Bł.: 29.83 g; Sól: 4.00 g; WW: 33.96 Por; Ener. z B: 15.27 %; Ener. z W: 57.46 %; Ener. z T: 24.64 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3649.10 mg;	E: 2064.84 kcal; B: 68.51 g; T: 69.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; W: 299.76 g; W tym cukry: 76.02 g; Bł.: 24.32 g; Sól: 4.69 g; WW: 27.59 Por; Ener. z B: 13.27 %; Ener. z W: 53.36 %; Ener. z T: 30.40 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4078.71 mg;	E: 2051.57 kcal; B: 81.14 g; T: 56.50 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; W: 319.50 g; W tym cukry: 91.15 g; Bł.: 29.93 g; Sól: 6.08 g; WW: 29.07 Por; Ener. z B: 15.82 %; Ener. z W: 56.46 %; Ener. z T: 24.79 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3571.79 mg;	E: 2141.92 kcal; B: 64.74 g; T: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; W: 353.86 g; W tym cukry: 91.98 g; Bł.: 30.28 g; Sól: 4.73 g; WW: 32.41 Por; Ener. z B: 12.09 %; Ener. z W: 60.43 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3628.04 mg;

	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	STAR- Ubogopurynowa	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszet drobiowy z dodatkami surowców wierzpowych pieczony 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna dluga krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bulka pszenna dluga krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bulka pszenna dluga krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Mus z jabłek prażonych 150 g	Bulka pszenna dluga krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna dluga krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna dluga krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Serek Fromage 60 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna dluga krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna dluga krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wierzpowny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt								
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pieczarkowa z ziemniakami* () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino (bez mleka)*() 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pieczarkowa z ziemniakami* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino (bez glutenu)*() 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy 200 g Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* (bez glutenu) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy (bez glutenu)* 50 ml	Solferino* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino* () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

	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	STAR- Ubogopurynowa
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> )					Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> )			Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> )	
2024-01-09 wtorek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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> ) Pomidor 100 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 ŻYT,</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> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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> ) Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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> ) Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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> ) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> ) 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> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g 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> ) Pomidor 100 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 ŻYT,</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> ) Pomidor 100 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 ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Miód 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt										
	E: 2155.45 kcal; B: 91.95 g; T: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; W: 303.95 g; W tym cukry: 68.65 g; Bł.: 24.83 g; Sól: 10.33 g; WW: 27.87 Por; Ener. z B: 17.06 %; Ener. z W: 51.80 %; Ener. z T: 28.49 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3081.76 mg;	E: 2223.40 kcal; B: 95.14 g; T: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; W: 337.62 g; W tym cukry: 80.65 g; Bł.: 24.60 g; Sól: 8.78 g; WW: 31.30 Por; Ener. z B: 17.12 %; Ener. z W: 56.31 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3651.57 mg;	E: 2652.83 kcal; B: 127.48 g; T: 81.55 g; Kw. tł. nasy.: 40.18 g; W: 367.38 g; W tym cukry: 83.61 g; Bł.: 31.86 g; Sól: 10.79 g; WW: 33.59 Por; Ener. z B: 19.22 %; Ener. z W: 50.59 %; Ener. z T: 27.67 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3996.17 mg;	E: 1595.65 kcal; B: 77.07 g; T: 48.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; W: 224.89 g; W tym cukry: 31.64 g; Bł.: 31.67 g; Sól: 10.12 g; WW: 19.31 Por; Ener. z B: 19.32 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 27.34 %; Ener. z Bł.: 3.97 %; K: 2679.57 mg;	E: 2438.02 kcal; B: 127.48 g; T: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 404.01 g; W tym cukry: 144.80 g; Bł.: 16.75 g; Sól: 7.36 g; WW: 38.70 Por; Ener. z B: 15.56 %; Ener. z W: 63.54 %; Ener. z T: 19.97 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 3118.45 mg;	E: 2156.38 kcal; B: 95.32 g; T: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; W: 319.54 g; W tym cukry: 80.01 g; Bł.: 19.44 g; Sól: 7.33 g; WW: 30.03 Por; Ener. z B: 17.68 %; Ener. z W: 55.67 %; Ener. z T: 24.43 %; Ener. z Bł.: 1.80 %; K: 3501.07 mg;	E: 1906.08 kcal; B: 81.92 g; T: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; W: 286.88 g; W tym cukry: 67.25 g; Bł.: 18.86 g; Sól: 6.34 g; WW: 26.75 Por; Ener. z B: 17.19 %; Ener. z W: 56.25 %; Ener. z T: 24.28 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3107.79 mg;	E: 2253.51 kcal; B: 73.84 g; T: 72.54 g; Kw. tł. nasy.: 41.29 g; W: 333.63 g; W tym cukry: 83.24 g; Bł.: 27.05 g; Sól: 4.97 g; WW: 30.72 Por; Ener. z B: 13.11 %; Ener. z W: 54.42 %; Ener. z T: 28.97 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 3424.12 mg;	E: 2206.37 kcal; B: 75.34 g; T: 66.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; W: 329.21 g; W tym cukry: 77.28 g; Bł.: 14.96 g; Sól: 6.56 g; WW: 31.38 Por; Ener. z B: 13.66 %; Ener. z W: 56.97 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 1.36 %; K: 3126.18 mg;	E: 2163.56 kcal; B: 95.08 g; T: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; W: 337.56 g; W tym cukry: 80.60 g; Bł.: 24.60 g; Sól: 8.78 g; WW: 31.30 Por; Ener. z B: 17.58 %; Ener. z W: 57.86 %; Ener. z T: 21.94 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3649.57 mg;	E: 1764.95 kcal; B: 44.41 g; T: 34.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; W: 330.94 g; W tym cukry: 65.18 g; Bł.: 21.09 g; Sól: 4.83 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 10.06 %; Ener. z W: 70.22 %; Ener. z T: 17.62 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2469.50 mg;

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</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> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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> ) Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 80 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</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% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</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% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Dżem 30 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )	
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> )							
Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlet mielony drobiowy 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmieńnej 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlety z buraka i kaszy jęczmieńnej 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <u>SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 70 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 50 ml ( <u>SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

	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	STAR- Ubogopurynowa	
PD	Biskopki b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</b> )			Biskopki b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )		Biskopki b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</b> )			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Banan 150 g	Biskopki b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</b> )	
Kolacja 2024-01-10 środa	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет z soczewicy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Paszтет z soczewicy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Pomidor 100 g Ser mozzarella kulki 25 g ( <b>MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет z soczewicy * 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ,</b>	
PN	Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt											
	E: 2502.60 kcal; B: 84.47 g; T: 85.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; W: 358.26 g; W tym cukry: 62.94 g; Bł.: 29.25 g; Sól: 8.79 g; WW: 32.91 Por; Ener. z B: 13.50 %; Ener. z W: 52.59 %; Ener. z T: 30.75 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3338.20 mg;	E: 2272.98 kcal; B: 89.86 g; T: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; W: 364.04 g; W tym cukry: 77.20 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 7.02 g; WW: 33.61 Por; Ener. z B: 15.81 %; Ener. z W: 59.15 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3752.78 mg;	E: 2377.57 kcal; B: 96.83 g; T: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.60 g; W: 379.56 g; W tym cukry: 77.89 g; Bł.: 33.20 g; Sól: 7.59 g; WW: 34.64 Por; Ener. z B: 16.29 %; Ener. z W: 58.27 %; Ener. z T: 22.02 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 4012.54 mg;	E: 2014.00 kcal; B: 76.85 g; T: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; W: 299.85 g; W tym cukry: 30.54 g; Bł.: 35.19 g; Sól: 8.03 g; WW: 26.48 Por; Ener. z B: 15.26 %; Ener. z W: 52.56 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 3451.78 mg;	E: 2425.14 kcal; B: 90.78 g; T: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; W: 406.75 g; W tym cukry: 118.37 g; Bł.: 27.99 g; Sól: 6.32 g; WW: 37.88 Por; Ener. z B: 14.97 %; Ener. z W: 62.47 %; Ener. z T: 19.72 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 4503.80 mg;	E: 2175.05 kcal; B: 84.90 g; T: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; W: 354.36 g; W tym cukry: 76.49 g; Bł.: 22.94 g; Sól: 6.23 g; WW: 33.09 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 60.95 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3578.28 mg;	E: 2175.05 kcal; B: 84.90 g; T: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; W: 354.36 g; W tym cukry: 76.49 g; Bł.: 22.94 g; Sól: 6.23 g; WW: 33.09 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 60.95 %; Ener. z T: 20.69 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3578.28 mg;	E: 2002.57 kcal; B: 77.57 g; T: 45.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; W: 330.05 g; W tym cukry: 57.80 g; Bł.: 22.79 g; Sól: 7.74 g; WW: 30.63 Por; Ener. z B: 15.49 %; Ener. z W: 61.37 %; Ener. z T: 20.29 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3316.21 mg;	E: 2836.06 kcal; B: 81.24 g; T: 97.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.18 g; W: 423.03 g; W tym cukry: 75.95 g; Bł.: 36.08 g; Sól: 8.30 g; WW: 38.68 Por; Ener. z B: 11.46 %; Ener. z W: 54.58 %; Ener. z T: 30.86 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4004.58 mg;	E: 2101.67 kcal; B: 72.61 g; T: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; W: 324.57 g; W tym cukry: 76.07 g; Bł.: 19.67 g; Sól: 3.99 g; WW: 30.40 Por; Ener. z B: 13.82 %; Ener. z W: 58.03 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3776.67 mg;	E: 2064.21 kcal; B: 79.42 g; T: 36.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; W: 366.43 g; W tym cukry: 98.23 g; Bł.: 30.50 g; Sól: 6.49 g; WW: 33.58 Por; Ener. z B: 15.39 %; Ener. z W: 65.10 %; Ener. z T: 15.96 %; Ener. z Bł.: 2.96 %; K: 4147.78 mg;	E: 1859.98 kcal; B: 46.73 g; T: 32.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; W: 355.28 g; W tym cukry: 78.83 g; Bł.: 27.99 g; Sól: 4.77 g; WW: 32.70 Por; Ener. z B: 10.05 %; Ener. z W: 70.39 %; Ener. z T: 15.92 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 3262.74 mg;

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-01-11 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa () 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ,</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ,</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</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, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g ( <u>SOJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 80 g ( <u>MLE, SEL,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa z olejem () 80 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	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> ) Salatka jarzynowa () 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	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> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <u>SOJ,</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	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> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )									
2024-01-11 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u> ) Gołąbek siekany z mięsa wp 250 g ( <u>JAJ,</u> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 440 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * (bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ()* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (). 400 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL,</u> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			

	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	STAR- Ubogopurynowa	
2024-01-11 czwartek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata 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 z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g ( <u>MLE.</u> ) Kasza manna na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <u>SEL.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 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> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewiórki średnio rozdrobniony parzony, wędzony 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Salata 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 z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt										
	E: 2238.07 kcal; B: 79.36 g; T: 85.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; W: 295.88 g; W tym cukry: 118.42 g; Bł.: 22.70 g; Sól: 7.05 g; WW: 27.45 Por; Ener. z B: 14.18 %; Ener. z W: 48.82 %; Ener. z T: 34.36 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3466.56 mg;	E: 2496.24 kcal; B: 82.08 g; T: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; W: 369.84 g; W tym cukry: 119.88 g; Bł.: 24.67 g; Sól: 6.16 g; WW: 34.64 Por; Ener. z B: 13.15 %; Ener. z W: 55.31 %; Ener. z T: 29.16 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3762.85 mg;	E: 2834.43 kcal; B: 104.90 g; T: 103.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; W: 385.92 g; W tym cukry: 103.66 g; Bł.: 32.56 g; Sól: 7.75 g; WW: 35.45 Por; Ener. z B: 14.80 %; Ener. z W: 49.87 %; Ener. z T: 32.73 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 3944.22 mg;	E: 2148.56 kcal; B: 83.43 g; T: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 307.83 g; W tym cukry: 75.49 g; Bł.: 46.31 g; Sól: 6.34 g; WW: 26.29 Por; Ener. z B: 15.53 %; Ener. z W: 48.69 %; Ener. z T: 31.07 %; Ener. z Bł.: 4.31 %; K: 4041.83 mg;	E: 2569.41 kcal; B: 91.07 g; T: 85.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; W: 367.54 g; W tym cukry: 94.29 g; Bł.: 23.27 g; Sól: 6.31 g; WW: 34.50 Por; Ener. z B: 14.18 %; Ener. z W: 53.60 %; Ener. z T: 29.97 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3774.68 mg;	E: 2362.38 kcal; B: 84.03 g; T: 69.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; W: 356.60 g; W tym cukry: 119.75 g; Bł.: 19.51 g; Sól: 5.30 g; WW: 33.75 Por; Ener. z B: 14.23 %; Ener. z W: 57.08 %; Ener. z T: 26.66 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 3612.35 mg;	E: 2327.35 kcal; B: 77.54 g; T: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; W: 354.21 g; W tym cukry: 115.27 g; Bł.: 19.06 g; Sól: 6.63 g; WW: 33.55 Por; Ener. z B: 13.33 %; Ener. z W: 57.60 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3437.03 mg;	E: 2179.40 kcal; B: 51.51 g; T: 57.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.48 g; W: 379.34 g; W tym cukry: 126.00 g; Bł.: 37.43 g; Sól: 4.96 g; WW: 34.36 Por; Ener. z B: 9.45 %; Ener. z W: 62.75 %; Ener. z T: 23.91 %; Ener. z Bł.: 3.43 %; K: 3592.28 mg;	E: 2491.86 kcal; B: 67.90 g; T: 87.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; W: 361.33 g; W tym cukry: 117.31 g; Bł.: 16.50 g; Sól: 4.22 g; WW: 34.58 Por; Ener. z B: 10.90 %; Ener. z W: 55.35 %; Ener. z T: 31.57 %; Ener. z Bł.: 1.32 %; K: 3426.48 mg;	E: 2364.40 kcal; B: 82.03 g; T: 66.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; W: 369.78 g; W tym cukry: 119.83 g; Bł.: 24.67 g; Sól: 6.16 g; WW: 34.63 Por; Ener. z B: 13.88 %; Ener. z W: 58.38 %; Ener. z T: 25.23 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3760.85 mg;	E: 1893.23 kcal; B: 40.83 g; T: 43.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.18 g; W: 344.81 g; W tym cukry: 118.03 g; Bł.: 23.91 g; Sól: 4.19 g; WW: 32.10 Por; Ener. z B: 8.63 %; Ener. z W: 67.80 %; Ener. z T: 20.54 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3261.82 mg;	

	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	STAR- Ubogopurynowa	
2024-01-12 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 150 g Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Platki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona na 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )
		II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )							
		Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mlek*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )		Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Surówka z marchwi i jabłka b/c () 150 g ( <b>MLE.</b> )		Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Surówka z marchwi i jabłka () 150 g ( <b>MLE.</b> )		

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-12 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pasta z białek z koperkiem 60 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z białek z koperkiem 30 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )						Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <b>MLE.</b> )		
	E: 2376.60 kcal; B: 85.50 g; T: 81.26 g; Kw. tł. nasy.: 34.25 g; W: 344.67 g; W tym cukry: 101.97 g; Bł.: 40.17 g; Sól: 7.61 g; WW: 30.49 Por; Ener. z B: 14.39 %; Ener. z W: 51.25 %; Ener. z T: 30.77 %; Ener. z Bł.: 3.38 %; K: 4715.67 mg;	E: 2292.71 kcal; B: 92.27 g; T: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; W: 344.41 g; W tym cukry: 91.89 g; Bł.: 35.01 g; Sól: 7.27 g; WW: 31.07 Por; Ener. z B: 16.10 %; Ener. z W: 53.98 %; Ener. z T: 26.76 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4507.80 mg;	E: 2790.34 kcal; B: 131.63 g; T: 99.64 g; W: 359.15 g; W tym cukry: 90.12 g; Bł.: 34.22 g; Sól: 10.61 g; WW: 32.58 Por; Ener. z B: 18.87 %; Ener. z W: 46.58 %; Ener. z T: 32.14 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4855.84 mg;	E: 1702.79 kcal; B: 84.99 g; T: 69.53 g; W: 203.35 g; W tym cukry: 31.72 g; Bł.: 36.58 g; Sól: 7.87 g; WW: 16.68 Por; Ener. z B: 19.97 %; Ener. z W: 39.18 %; Ener. z T: 36.75 %; Ener. z Bł.: 4.30 %; K: 3566.13 mg;	E: 2430.58 kcal; B: 95.49 g; T: 75.35 g; W: 355.10 g; W tym cukry: 105.37 g; Bł.: 27.88 g; Sól: 6.80 g; WW: 32.70 Por; Ener. z B: 15.71 %; Ener. z W: 53.85 %; Ener. z T: 27.90 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3899.81 mg;	E: 2242.81 kcal; B: 91.42 g; T: 67.57 g; W: 331.65 g; W tym cukry: 91.25 g; Bł.: 29.85 g; Sól: 6.85 g; WW: 30.30 Por; Ener. z B: 16.30 %; Ener. z W: 53.83 %; Ener. z T: 27.12 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4357.30 mg;	E: 2080.85 kcal; B: 80.84 g; T: 60.77 g; W: 315.99 g; W tym cukry: 83.50 g; Bł.: 27.68 g; Sól: 7.71 g; WW: 28.87 Por; Ener. z B: 15.54 %; Ener. z W: 55.42 %; Ener. z T: 26.28 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3837.60 mg;	E: 2494.93 kcal; B: 100.79 g; T: 82.83 g; Kw. tł. nasy.: 42.33 g; W: 351.00 g; W tym cukry: 90.19 g; Bł.: 41.40 g; Sól: 6.89 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 16.16 %; Ener. z W: 49.64 %; Ener. z T: 29.88 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 4135.61 mg;	E: 2298.22 kcal; B: 73.82 g; T: 75.09 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; W: 339.46 g; W tym cukry: 89.62 g; Bł.: 25.40 g; Sól: 4.92 g; WW: 31.50 Por; Ener. z B: 12.85 %; Ener. z W: 54.66 %; Ener. z T: 29.40 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4060.92 mg;	E: 2182.85 kcal; B: 91.76 g; T: 57.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; W: 339.29 g; W tym cukry: 80.00 g; Bł.: 30.14 g; Sól: 6.83 g; WW: 31.05 Por; Ener. z B: 16.81 %; Ener. z W: 56.65 %; Ener. z T: 23.60 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4057.94 mg;	E: 1906.39 kcal; B: 52.11 g; T: 47.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; W: 327.40 g; W tym cukry: 75.76 g; Bł.: 27.02 g; Sól: 6.12 g; WW: 30.11 Por; Ener. z B: 10.93 %; Ener. z W: 63.03 %; Ener. z T: 22.56 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 2144.69 mg;

	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	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-13 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bulka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 60 g ( <b>SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
		II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml						
2024-01-13 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* () 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi z serem i śmiet na sldko* 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy-dieta (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE.</b> )		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Wafle ryżowe 30 g		

	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	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-13 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
	E: 2218.75 kcal; B: 85.99 g; T: 76.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; W: 310.61 g; W tym cukry: 77.90 g; Bł.: 29.75 g; Sól: 8.54 g; WW: 28.07 Por; Ener. z B: 15.50 %; Ener. z W: 50.63 %; Ener. z T: 31.12 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3310.90 mg;	E: 2054.81 kcal; B: 83.05 g; T: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; W: 312.78 g; W tym cukry: 86.99 g; Bł.: 27.79 g; Sól: 7.97 g; WW: 28.52 Por; Ener. z B: 16.17 %; Ener. z W: 55.48 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3665.41 mg;	E: 2545.70 kcal; B: 115.10 g; T: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; W: 366.07 g; W tym cukry: 73.95 g; Bł.: 35.34 g; Sól: 8.04 g; WW: 33.19 Por; Ener. z B: 18.08 %; Ener. z W: 51.97 %; Ener. z T: 27.24 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 3924.12 mg;	E: 1799.30 kcal; B: 82.07 g; T: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; W: 231.69 g; W tym cukry: 36.83 g; Bł.: 32.36 g; Sól: 7.70 g; WW: 19.95 Por; Ener. z B: 18.25 %; Ener. z W: 44.31 %; Ener. z T: 33.82 %; Ener. z Bł.: 3.60 %; K: 3068.76 mg;	E: 2381.62 kcal; B: 96.53 g; T: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; W: 346.29 g; W tym cukry: 80.17 g; Bł.: 28.51 g; Sól: 8.38 g; WW: 31.81 Por; Ener. z B: 16.21 %; Ener. z W: 53.37 %; Ener. z T: 27.98 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3834.99 mg;	E: 2189.10 kcal; B: 84.32 g; T: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; W: 319.86 g; W tym cukry: 108.14 g; Bł.: 25.59 g; Sól: 6.52 g; WW: 29.50 Por; Ener. z B: 15.41 %; Ener. z W: 53.77 %; Ener. z T: 27.98 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3271.29 mg;	E: 2074.97 kcal; B: 80.86 g; T: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; W: 325.41 g; W tym cukry: 99.12 g; Bł.: 26.92 g; Sól: 6.32 g; WW: 29.93 Por; Ener. z B: 15.59 %; Ener. z W: 57.54 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3200.64 mg;	E: 2188.53 kcal; B: 75.86 g; T: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; W: 330.69 g; W tym cukry: 85.44 g; Bł.: 26.46 g; Sól: 4.74 g; WW: 30.39 Por; Ener. z B: 13.86 %; Ener. z W: 55.60 %; Ener. z T: 26.73 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 2304.70 mg;	E: 2105.96 kcal; B: 68.51 g; T: 66.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.17 g; W: 315.17 g; W tym cukry: 84.21 g; Bł.: 16.83 g; Sól: 5.64 g; WW: 29.85 Por; Ener. z B: 13.01 %; Ener. z W: 56.66 %; Ener. z T: 28.21 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 3216.91 mg;	E: 1994.97 kcal; B: 83.00 g; T: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; W: 312.72 g; W tym cukry: 86.94 g; Bł.: 27.79 g; Sól: 7.97 g; WW: 28.51 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 57.13 %; Ener. z T: 23.46 %; Ener. z Bł.: 2.79 %; K: 3663.41 mg;	E: 1914.02 kcal; B: 65.46 g; T: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; W: 326.96 g; W tym cukry: 83.67 g; Bł.: 31.10 g; Sól: 5.20 g; WW: 29.61 Por; Ener. z B: 13.68 %; Ener. z W: 61.83 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3540.01 mg;

	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	STAR- Ubogopurynowa	
2024-01-14 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	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> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 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 mieszany pszenno-żytni 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Mus z jabłek () z/c 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 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 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko 150 g	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> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko 150 g	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> ) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko 150 g	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> ) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN			Jabłko 150 g							
2024-01-14 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Colesław b/c 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem *-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Surówka Colesław 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	
		PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )				Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ.</u> )	Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )	

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Paliatywna	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Vegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa	
2024-01-14 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Papryka konserwowa 100 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g ( <b>MLE.</b> ) Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g ( <b>SEL.</b> )	Bułka pszenna długa krojona 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Papryka konserwowa 80 g Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt										
	E: 2285.60 kcal; B: 109.76 g; T: 84.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; W: 286.75 g; W tym cukry: 74.27 g; Bł.: 30.44 g; Sól: 8.88 g; WW: 25.75 Por; Ener. z B: 19.21 %; Ener. z W: 44.86 %; Ener. z T: 33.28 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 3942.05 mg;	E: 2273.44 kcal; B: 117.57 g; T: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; W: 292.09 g; W tym cukry: 67.66 g; Bł.: 29.38 g; Sól: 7.95 g; WW: 26.33 Por; Ener. z B: 20.69 %; Ener. z W: 46.22 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4499.33 mg;	E: 2589.06 kcal; B: 143.46 g; T: 98.98 g; Kw. tł. nasy.: 47.38 g; W: 298.78 g; W tym cukry: 60.72 g; Bł.: 31.64 g; Sól: 9.89 g; WW: 26.78 Por; Ener. z B: 22.16 %; Ener. z W: 41.27 %; Ener. z T: 34.41 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 4776.99 mg;	E: 1795.75 kcal; B: 99.82 g; T: 72.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; W: 202.70 g; W tym cukry: 35.18 g; Bł.: 33.02 g; Sól: 7.87 g; WW: 17.08 Por; Ener. z B: 22.24 %; Ener. z W: 37.80 %; Ener. z T: 36.41 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3289.12 mg;	E: 2504.61 kcal; B: 120.58 g; T: 80.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.01 g; W: 337.45 g; W tym cukry: 72.39 g; Bł.: 27.04 g; Sól: 7.09 g; WW: 31.03 Por; Ener. z B: 19.26 %; Ener. z W: 49.57 %; Ener. z T: 28.94 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4157.06 mg;	E: 2235.29 kcal; B: 117.37 g; T: 76.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; W: 280.96 g; W tym cukry: 66.92 g; Bł.: 22.57 g; Sól: 7.48 g; WW: 25.89 Por; Ener. z B: 21.00 %; Ener. z W: 46.24 %; Ener. z T: 30.81 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4307.08 mg;	E: 2097.35 kcal; B: 88.22 g; T: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; W: 291.70 g; W tym cukry: 85.30 g; Bł.: 24.75 g; Sól: 6.35 g; WW: 26.62 Por; Ener. z B: 16.82 %; Ener. z W: 50.91 %; Ener. z T: 29.64 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4166.55 mg;	E: 2113.74 kcal; B: 78.01 g; T: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; W: 337.32 g; W tym cukry: 100.99 g; Bł.: 39.40 g; Sól: 5.06 g; WW: 29.89 Por; Ener. z B: 14.76 %; Ener. z W: 56.38 %; Ener. z T: 23.63 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 3741.89 mg;	E: 2194.49 kcal; B: 96.07 g; T: 81.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; W: 276.50 g; W tym cukry: 57.20 g; Bł.: 19.48 g; Sól: 5.58 g; WW: 25.71 Por; Ener. z B: 17.51 %; Ener. z W: 46.85 %; Ener. z T: 33.42 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 3859.68 mg;	E: 2064.79 kcal; B: 104.59 g; T: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; W: 292.01 g; W tym cukry: 67.61 g; Bł.: 29.38 g; Sól: 7.72 g; WW: 26.32 Por; Ener. z B: 20.26 %; Ener. z W: 50.88 %; Ener. z T: 26.03 %; Ener. z Bł.: 2.85 %; K: 4266.56 mg;	E: 1812.16 kcal; B: 50.55 g; T: 39.51 g; Kw. tł. nasy.: 18.24 g; W: 322.07 g; W tym cukry: 79.54 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.31 g; WW: 29.65 Por; Ener. z B: 11.16 %; Ener. z W: 65.56 %; Ener. z T: 19.62 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 2159.04 mg;	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-08 poniedziałek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Mandarynka 150 g	
		II ŚN	Banan 150 g	Mandarynka 150 g		
		Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem () 250 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi leniwe z masłem () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
PD	Chrupki kukurydziane 25 g	Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt	Chrupki kukurydziane 25 g Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE.</b> )		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-08 poniedziałek Kolacja PN	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 80 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT,</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z koperkiem 80 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) Pomidor 80 g	
		Chalka 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )			
	E: 1754.53 kcal; B: 50.24 g; T: 47.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; W: 296.53 g; W tym cukry: 76.81 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 4.34 g; WW: 26.74 Por; Ener. z B: 11.45 %; Ener. z W: 60.83 %; Ener. z T: 24.41 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 3053.16 mg;	E: 2132.93 kcal; B: 70.54 g; T: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; W: 338.56 g; W tym cukry: 102.43 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 7.29 g; WW: 31.05 Por; Ener. z B: 13.23 %; Ener. z W: 58.07 %; Ener. z T: 26.24 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4397.24 mg;	E: 1671.79 kcal; B: 63.18 g; T: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; W: 259.81 g; W tym cukry: 49.76 g; Bł.: 37.55 g; Sól: 7.69 g; WW: 22.27 Por; Ener. z B: 15.12 %; Ener. z W: 53.18 %; Ener. z T: 27.21 %; Ener. z Bł.: 4.49 %; K: 3938.72 mg;	E: 2178.71 kcal; B: 81.57 g; T: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.22 g; W: 318.27 g; W tym cukry: 90.51 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 6.07 g; WW: 28.95 Por; Ener. z B: 14.98 %; Ener. z W: 52.96 %; Ener. z T: 29.35 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3658.79 mg;	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-09 wtorek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		II ŚN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
Obiad	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )	Solferino * ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Sos szpinakowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-09 wtorek	PD Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ,</u> )				
	Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> ) Miód 60 g Pomidor 100 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> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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> ) 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, GLU ŻYT,</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> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				
	E: 1764.95 kcal; B: 44.41 g; T: 34.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; W: 330.94 g; W tym cukry: 65.18 g; Bł.: 21.09 g; Sól: 4.83 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 10.06 %; Ener. z W: 70.22 %; Ener. z T: 17.62 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2469.50 mg;	E: 1819.64 kcal; B: 78.85 g; T: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.71 g; W: 268.44 g; W tym cukry: 66.77 g; Bł.: 18.14 g; Sól: 6.98 g; WW: 24.95 Por; Ener. z B: 17.33 %; Ener. z W: 55.02 %; Ener. z T: 25.33 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 3062.99 mg;	E: 1574.09 kcal; B: 73.67 g; T: 46.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; W: 226.22 g; W tym cukry: 33.71 g; Bł.: 32.71 g; Sól: 9.37 g; WW: 19.34 Por; Ener. z B: 18.72 %; Ener. z W: 49.17 %; Ener. z T: 26.85 %; Ener. z Bł.: 4.16 %; K: 2929.93 mg;	E: 2223.40 kcal; B: 95.14 g; T: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; W: 337.62 g; W tym cukry: 80.65 g; Bł.: 24.60 g; Sól: 8.78 g; WW: 31.30 Por; Ener. z B: 17.12 %; Ener. z W: 56.31 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3651.57 mg;	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-10 środa	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twaróg półtusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Dżem 30 g Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b>	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 80 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> Jabłko 1 szt 1 szt Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</b> ) Twaróg półtusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Gruszka 1szt. 150 g Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b>	
		II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )		
		Obiad	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy * 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-10 środa	PD	Biskupki b/m 30 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u></b> )				
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u></b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u></b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Paszтет z soczewicy* 80 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ.</u></b> ) Pomidor 100 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u></b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 60 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u></b> ) <b>może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ.</b> Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	
	PN	Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt				
		E: 1919.82 kcal; B: 46.79 g; T: 39.49 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; W: 355.33 g; W tym cukry: 78.88 g; Bł.: 27.99 g; Sól: 4.77 g; WW: 32.70 Por; Ener. z B: 9.75 %; Ener. z W: 68.20 %; Ener. z T: 18.51 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3264.74 mg;	E: 1926.09 kcal; B: 74.01 g; T: 44.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 315.45 g; W tym cukry: 65.80 g; Bł.: 22.07 g; Sól: 7.36 g; WW: 29.24 Por; Ener. z B: 15.37 %; Ener. z W: 60.93 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3271.58 mg;	E: 1981.88 kcal; B: 73.45 g; T: 59.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; W: 302.11 g; W tym cukry: 27.78 g; Bł.: 36.22 g; Sól: 9.39 g; WW: 26.58 Por; Ener. z B: 14.82 %; Ener. z W: 53.66 %; Ener. z T: 27.04 %; Ener. z Bł.: 3.66 %; K: 3490.71 mg;	E: 2224.95 kcal; B: 85.75 g; T: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; W: 367.12 g; W tym cukry: 77.13 g; Bł.: 28.10 g; Sól: 6.65 g; WW: 33.86 Por; Ener. z B: 15.42 %; Ener. z W: 60.95 %; Ener. z T: 20.47 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3728.78 mg;	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-11 czwartek	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa z olejem () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Salatka jarzynowa z olejem () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	
		II ŚN		Wafle ryżowe 30 g		
		Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto wegetariańskie*. 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto (br.) z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () b/c 200 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 400 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-11 czwartek	Kolacja	Bulka 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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bulka 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 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 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 60 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka 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 z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt				
	E: 1876.23 kcal; B: 40.19 g; T: 42.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; W: 343.90 g; W tym cukry: 117.54 g; Bł.: 23.91 g; Sól: 4.17 g; WW: 32.01 Por; Ener. z B: 8.57 %; Ener. z W: 68.22 %; Ener. z T: 20.15 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3247.72 mg;	E: 2461.20 kcal; B: 75.59 g; T: 81.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; W: 367.44 g; W tym cukry: 115.41 g; Bł.: 24.22 g; Sól: 7.48 g; WW: 34.43 Por; Ener. z B: 12.29 %; Ener. z W: 55.78 %; Ener. z T: 29.87 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3587.53 mg;	E: 2140.18 kcal; B: 73.29 g; T: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; W: 319.62 g; W tym cukry: 64.90 g; Bł.: 46.62 g; Sól: 7.44 g; WW: 27.44 Por; Ener. z B: 13.70 %; Ener. z W: 51.02 %; Ener. z T: 30.72 %; Ener. z Bł.: 4.36 %; K: 3563.31 mg;	E: 2496.24 kcal; B: 82.08 g; T: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; W: 369.84 g; W tym cukry: 119.88 g; Bł.: 24.67 g; Sól: 6.16 g; WW: 34.64 Por; Ener. z B: 13.15 %; Ener. z W: 55.31 %; Ener. z T: 29.16 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3762.85 mg;		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-12 piątek Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Dżem 25 g 2 szt                      Jabłko pieczone 150 g                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 14 g (<b>MLE.</b>)                      Dżem 25 g 1 szt                      Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<b>SOJ.</b>)                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Jabłko 150 g                      Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<b>SOJ, MLE, GLU OW.</b>)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<b>SOJ.</b>)                      Sałata zielona 20 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<b>SOJ, MLE, GLU OW.</b>)</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 14 g (<b>MLE.</b>)                      Dżem 25 g 1 szt                      Mandarynka 150 g                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Twarożek 40 g (<b>MLE.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)                      Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<b>SOJ, MLE, GLU OW.</b>)</p>	
II ŚN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b>)                      Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>)</p>		
Obiad	<p>Dyniowa z makaronem* 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Pyzy ziemniaczane* 250 g                      Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki z tłuszczem () 200 g                      Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (<b>RYB.</b>)                      Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki z tłuszczem () 100 g                      Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (<b>RYB.</b>)                      Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g                      Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	<p>Dyniowa z makaronem* 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Ziemniaki z tłuszczem () 200 g                      Ryba pieczona (Dorsz) 70 g (<b>RYB.</b>)                      Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Kompot owocowy* z/c 250 ml</p>	
PD	<p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g</p>		<p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g</p>	<p>Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (<b>MLE.</b>)</p>	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-12 piątek	Kolacja	Bulka 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> ) Pasta z białek z koperkiem 30 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bulka 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka 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 z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	
	PN		Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt	Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
		E: 2077.50 kcal; B: 54.34 g; T: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; W: 366.74 g; W tym cukry: 96.22 g; Bł.: 29.49 g; Sól: 6.56 g; WW: 33.82 Por; Ener. z B: 10.46 %; Ener. z W: 64.93 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 2509.69 mg;	E: 2041.87 kcal; B: 72.60 g; T: 57.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; W: 324.97 g; W tym cukry: 83.30 g; Bł.: 32.81 g; Sól: 6.90 g; WW: 29.28 Por; Ener. z B: 14.22 %; Ener. z W: 57.23 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 3905.56 mg;	E: 1546.41 kcal; B: 69.83 g; T: 50.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; W: 222.82 g; W tym cukry: 40.93 g; Bł.: 39.08 g; Sól: 7.57 g; WW: 18.33 Por; Ener. z B: 18.06 %; Ener. z W: 47.53 %; Ener. z T: 29.16 %; Ener. z Bł.: 5.05 %; K: 3604.41 mg;	E: 2285.21 kcal; B: 92.57 g; T: 67.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.28 g; W: 343.06 g; W tym cukry: 91.14 g; Bł.: 34.87 g; Sól: 7.26 g; WW: 30.93 Por; Ener. z B: 16.20 %; Ener. z W: 53.95 %; Ener. z T: 26.73 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 4590.30 mg;	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-13 sobota	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta warzywna* 60 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 14 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 60 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
		II ŚN		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml		
		Obiad	Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* ( ) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami ( ) * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JEJCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Wafle ryżowe 30 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-13 sobota	Kolacja	Bulka 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> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna 80% tł 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	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> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka 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> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
		E: 1914.02 kcal; B: 65.46 g; T: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; W: 326.96 g; W tym cukry: 83.67 g; Bł.: 31.10 g; Sól: 5.20 g; WW: 29.61 Por; Ener. z B: 13.68 %; Ener. z W: 61.83 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 3540.01 mg;	E: 1897.13 kcal; B: 74.22 g; T: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.07 g; W: 290.63 g; W tym cukry: 79.56 g; Bł.: 22.90 g; Sól: 6.94 g; WW: 26.79 Por; Ener. z B: 15.65 %; Ener. z W: 56.45 %; Ener. z T: 25.41 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3154.61 mg;	E: 1787.82 kcal; B: 79.75 g; T: 67.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; W: 232.36 g; W tym cukry: 35.87 g; Bł.: 32.36 g; Sól: 8.41 g; WW: 20.02 Por; Ener. z B: 17.84 %; Ener. z W: 44.75 %; Ener. z T: 33.84 %; Ener. z Bł.: 3.62 %; K: 3034.86 mg;	E: 2054.81 kcal; B: 83.05 g; T: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; W: 312.78 g; W tym cukry: 86.99 g; Bł.: 27.79 g; Sól: 7.97 g; WW: 28.52 Por; Ener. z B: 16.17 %; Ener. z W: 55.48 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3665.41 mg;	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-14 niedziela	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko pieczone 150 g	Bulka 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 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Jabłko 150 g	
	II ŚN			Jabłko 150 g		
	Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Brokuł gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>SOJ.</u> )					

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-14 niedziela	Kolacja	Bulka 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> ) Pastę z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ZYT. GLU JĘCZ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 14 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 150 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadanej 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bulka 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> ) Pastę z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ZYT. GLU JĘCZ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	E: 1903.06 kcal; B: 55.59 g; T: 42.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; W: 332.58 g; W tym cukry: 86.89 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.45 g; WW: 30.72 Por; Ener. z B: 11.68 %; Ener. z W: 64.63 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 2354.54 mg;	E: 2030.40 kcal; B: 85.79 g; T: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; W: 278.54 g; W tym cukry: 85.16 g; Bł.: 26.04 g; Sól: 6.21 g; WW: 25.17 Por; Ener. z B: 16.90 %; Ener. z W: 49.74 %; Ener. z T: 30.51 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4185.90 mg;	E: 1691.25 kcal; B: 85.90 g; T: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; W: 196.55 g; W tym cukry: 29.41 g; Bł.: 31.60 g; Sól: 7.91 g; WW: 16.47 Por; Ener. z B: 20.32 %; Ener. z W: 39.01 %; Ener. z T: 36.54 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 3548.76 mg;	E: 2273.44 kcal; B: 117.57 g; T: 77.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; W: 292.09 g; W tym cukry: 67.66 g; Bł.: 29.38 g; Sól: 7.95 g; WW: 26.33 Por; Ener. z B: 20.69 %; Ener. z W: 46.22 %; Ener. z T: 30.55 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4499.33 mg;	E: 16.50 kcal; B: 0.78 g; T: 0.17 g; Kw. tł. nasy.: 0.05 g; W: 3.57 g; W tym cukry: 2.43 g; Bł.: 1.04 g; Sól: 0.02 g; WW: 0.26 Por; Ener. z B: 18.84 %; Ener. z W: 61.22 %; Ener. z T: 9.35 %; Ener. z Bł.: 12.60 %; K: 244.94 mg;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
T - Tłuszcz,  
W - Węglowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Bł. - Błonnik pokarmowy,  
Ener. z B - % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
Ener. z W - % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,