

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

		STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-29, 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 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 Pomidor 80 g Banan 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 150 g	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>) 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 z/c 250 ml Pomidor 80 g 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 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 Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Bulka 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 wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 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 Pomidor 80 g Banan 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>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	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 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 150 g
	II ŚN					Jabłko 150 g					
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 400 g Sos jogurtowy naturalny 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu)*() 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkami. 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE.)			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 60 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt									
	E: 2109.77 kcal; B: 68.28 g; T: 45.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; W: 370.99 g; W tym cukry: 90.74 g; Bł.: 32.23 g; Sól: 5.78 g; WW: 33.97 Por; Ener. z B: 12.95 %; Ener. z W: 64.23 %; Ener. z T: 19.51 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 3069.35 mg;	E: 2084.34 kcal; B: 66.06 g; T: 42.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; W: 371.82 g; W tym cukry: 96.26 g; Bł.: 26.09 g; Sól: 5.42 g; WW: 34.69 Por; Ener. z B: 12.68 %; Ener. z W: 66.35 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3194.50 mg;	E: 2451.87 kcal; B: 91.90 g; T: 69.68 g; Kw. tł. nasy.: 38.93 g; W: 380.58 g; W tym cukry: 57.58 g; Bł.: 32.74 g; Sól: 8.53 g; WW: 34.85 Por; Ener. z B: 14.99 %; Ener. z W: 56.75 %; Ener. z T: 25.58 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3064.39 mg;	E: 1733.70 kcal; B: 73.12 g; T: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; W: 240.04 g; W tym cukry: 40.57 g; Bł.: 36.20 g; Sól: 6.04 g; WW: 20.42 Por; Ener. z B: 16.87 %; Ener. z W: 47.03 %; Ener. z T: 31.20 %; Ener. z Bł.: 4.18 %; K: 3243.51 mg;	E: 2034.44 kcal; B: 65.31 g; T: 41.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; W: 359.06 g; W tym cukry: 95.62 g; Bł.: 20.93 g; Sól: 5.03 g; WW: 33.92 Por; Ener. z B: 12.84 %; Ener. z W: 66.48 %; Ener. z T: 18.45 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3059.87 mg;	E: 2063.92 kcal; B: 76.91 g; T: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; W: 332.77 g; W tym cukry: 71.02 g; Bł.: 20.08 g; Sól: 7.41 g; WW: 31.43 Por; Ener. z B: 14.91 %; Ener. z W: 60.60 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 3196.13 mg;	E: 2230.45 kcal; B: 62.04 g; T: 59.39 g; Kw. tł. nasy.: 37.53 g; W: 370.39 g; W tym cukry: 97.52 g; Bł.: 26.09 g; Sól: 3.64 g; WW: 34.57 Por; Ener. z B: 11.13 %; Ener. z W: 61.74 %; Ener. z T: 23.96 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3249.97 mg;	E: 2088.86 kcal; B: 52.13 g; T: 48.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; W: 363.78 g; W tym cukry: 93.69 g; Bł.: 17.96 g; Sól: 3.39 g; WW: 34.67 Por; Ener. z B: 9.98 %; Ener. z W: 66.22 %; Ener. z T: 20.91 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 2860.40 mg;	E: 1969.00 kcal; B: 70.80 g; T: 38.24 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; W: 345.81 g; W tym cukry: 73.71 g; Bł.: 23.54 g; Sól: 5.66 g; WW: 32.28 Por; Ener. z B: 14.38 %; Ener. z W: 65.47 %; Ener. z T: 17.48 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 2900.00 mg;	E: 1933.10 kcal; B: 44.17 g; T: 38.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; W: 363.76 g; W tym cukry: 85.18 g; Bł.: 28.78 g; Sól: 3.95 g; WW: 33.64 Por; Ener. z B: 9.14 %; Ener. z W: 69.31 %; Ener. z T: 18.12 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 2915.16 mg;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-30 wtorek Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1 szt. 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1 szt. 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1 szt. 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1 szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1 szt. 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Chrupki kukurydziane 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1 szt. 1 szt
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)						

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 100 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 250 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 70 g (JAJ.) Sos ziołowy* (bez glutenu) 50 ml (SEL.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)					Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 60 g (RYB, SEL.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Pasta z makreli wędzonej z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	
PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt									

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-30 wtorek	E: 2712.27 kcal; B: 123.01 g; T: 85.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.96 g; W: 378.68 g; W tym cukry: 124.20 g; Bł.: 34.62 g; Sól: 10.58 g; WW: 34.52 Por; Ener. z B: 18.14 %; Ener. z W: 50.74 %; Ener. z T: 28.25 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4199.56 mg;	E: 2567.44 kcal; B: 118.07 g; T: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; W: 390.00 g; W tym cukry: 128.72 g; Bł.: 31.25 g; Sól: 7.14 g; WW: 36.14 Por; Ener. z B: 18.39 %; Ener. z W: 55.89 %; Ener. z T: 22.96 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3989.03 mg;	E: 2870.35 kcal; B: 148.89 g; T: 86.52 g; Kw. tł. nasy.: 41.56 g; W: 389.43 g; W tym cukry: 94.27 g; Bł.: 35.18 g; Sól: 8.64 g; WW: 35.69 Por; Ener. z B: 20.75 %; Ener. z W: 49.37 %; Ener. z T: 27.13 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3713.10 mg;	E: 2015.48 kcal; B: 110.84 g; T: 74.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; W: 240.35 g; W tym cukry: 48.48 g; Bł.: 33.99 g; Sól: 8.93 g; WW: 20.68 Por; Ener. z B: 22.00 %; Ener. z W: 40.95 %; Ener. z T: 33.36 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 2847.64 mg;	E: 2517.54 kcal; B: 117.22 g; T: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; W: 377.24 g; W tym cukry: 128.08 g; Bł.: 26.09 g; Sól: 6.72 g; WW: 35.37 Por; Ener. z B: 18.62 %; Ener. z W: 55.79 %; Ener. z T: 23.20 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3838.53 mg;	E: 2285.18 kcal; B: 83.45 g; T: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; W: 380.68 g; W tym cukry: 135.75 g; Bł.: 26.58 g; Sól: 4.15 g; WW: 35.64 Por; Ener. z B: 14.61 %; Ener. z W: 61.98 %; Ener. z T: 20.38 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3442.51 mg;	E: 2566.06 kcal; B: 96.87 g; T: 57.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.77 g; W: 429.54 g; W tym cukry: 127.91 g; Bł.: 32.59 g; Sól: 7.53 g; WW: 39.91 Por; Ener. z B: 15.10 %; Ener. z W: 61.88 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4842.33 mg;	E: 2362.84 kcal; B: 96.30 g; T: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; W: 342.31 g; W tym cukry: 89.25 g; Bł.: 19.28 g; Sól: 6.07 g; WW: 32.41 Por; Ener. z B: 16.30 %; Ener. z W: 54.69 %; Ener. z T: 26.54 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 2823.33 mg;	E: 2441.10 kcal; B: 116.71 g; T: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; W: 375.49 g; W tym cukry: 119.07 g; Bł.: 30.40 g; Sól: 6.43 g; WW: 34.73 Por; Ener. z B: 19.12 %; Ener. z W: 56.55 %; Ener. z T: 21.47 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 3789.53 mg;	E: 2139.43 kcal; B: 49.45 g; T: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; W: 389.07 g; W tym cukry: 160.01 g; Bł.: 32.66 g; Sól: 4.34 g; WW: 35.82 Por; Ener. z B: 9.24 %; Ener. z W: 66.64 %; Ener. z T: 20.46 %; Ener. z Bł.: 3.05 %; K: 3670.82 mg;
2024-01-31 środa Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JĘCZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml
II ŚN				Jabłko 150 g						

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-31 środa	Obiad	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 70 g (GLU PSZ.) Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pierogi z truskawkami * 200 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 50 ml (SEL.) Dynia z wody 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grysikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
		Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.)	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 150 g	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)	Chrupki kukurydziane 20 g			
2024-01-31 środa	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)				

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-01-31 środa	E: 2408.03 kcal; B: 114.23 g; T: 74.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.38 g; W: 333.57 g; W tym cukry: 110.26 g; Bł.: 28.84 g; Sól: 8.27 g; WW: 30.70 Por; Ener. z B: 18.98 %; Ener. z W: 50.62 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4184.13 mg;	E: 2600.20 kcal; B: 118.35 g; T: 78.17 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; W: 364.25 g; W tym cukry: 126.29 g; Bł.: 26.61 g; Sól: 7.67 g; WW: 33.80 Por; Ener. z B: 18.21 %; Ener. z W: 51.94 %; Ener. z T: 27.06 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 4609.40 mg;	E: 2767.30 kcal; B: 118.30 g; T: 89.51 g; Kw. tł. nasy.: 42.72 g; W: 385.31 g; W tym cukry: 126.85 g; Bł.: 33.87 g; Sól: 7.31 g; WW: 35.21 Por; Ener. z B: 17.10 %; Ener. z W: 50.80 %; Ener. z T: 29.11 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 5017.95 mg;	E: 1577.12 kcal; B: 90.82 g; T: 53.56 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; W: 196.58 g; W tym cukry: 31.56 g; Bł.: 32.16 g; Sól: 6.78 g; WW: 16.56 Por; Ener. z B: 23.03 %; Ener. z W: 41.70 %; Ener. z T: 30.57 %; Ener. z Bł.: 4.08 %; K: 3016.35 mg;	E: 2426.87 kcal; B: 116.60 g; T: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; W: 350.79 g; W tym cukry: 126.72 g; Bł.: 21.45 g; Sól: 5.56 g; WW: 33.00 Por; Ener. z B: 19.22 %; Ener. z W: 54.28 %; Ener. z T: 24.01 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 4458.90 mg;	E: 1988.43 kcal; B: 76.16 g; T: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; W: 302.45 g; W tym cukry: 85.81 g; Bł.: 22.09 g; Sól: 4.87 g; WW: 28.02 Por; Ener. z B: 15.32 %; Ener. z W: 56.40 %; Ener. z T: 25.08 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3546.77 mg;	E: 2513.06 kcal; B: 87.53 g; T: 78.37 g; Kw. tł. nasy.: 44.13 g; W: 373.80 g; W tym cukry: 144.83 g; Bł.: 26.67 g; Sól: 5.25 g; WW: 34.74 Por; Ener. z B: 13.93 %; Ener. z W: 55.25 %; Ener. z T: 28.07 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 2736.47 mg;	E: 2240.91 kcal; B: 86.64 g; T: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; W: 324.70 g; W tym cukry: 115.58 g; Bł.: 15.99 g; Sól: 5.20 g; WW: 30.91 Por; Ener. z B: 15.47 %; Ener. z W: 55.10 %; Ener. z T: 26.80 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 4000.64 mg;	E: 2226.53 kcal; B: 102.20 g; T: 54.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; W: 340.25 g; W tym cukry: 117.68 g; Bł.: 24.51 g; Sól: 6.98 g; WW: 31.61 Por; Ener. z B: 18.36 %; Ener. z W: 56.72 %; Ener. z T: 21.96 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4340.90 mg;	E: 2026.76 kcal; B: 61.00 g; T: 48.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.80 g; W: 345.55 g; W tym cukry: 115.89 g; Bł.: 25.76 g; Sól: 4.41 g; WW: 32.03 Por; Ener. z B: 12.04 %; Ener. z W: 63.11 %; Ener. z T: 21.58 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4213.70 mg;
2024-02-01 czwartek	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) 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>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 25 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkami surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Miód 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)						

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatkami 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 440 g (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron (pełnozamienny) z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) (*) 400 ml (MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 250 g (GLU PSZ, SEL,) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Koktajl bananowy 250 ml (MLE,)	Słupki z warzyw () 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt					
2024-02-01 czwartek	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 60 g (SOJ,) Ser mozzarella kulki 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Ser mozzarella kulki 25 g (MLE,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona, parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Paszтет z ciecierzycy * 60 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta warzywna* 80 g (SEL,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt									

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-02-01 czwartek	E: 2363.77 kcal; B: 73.48 g; T: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; W: 350.83 g; W tym cukry: 115.71 g; Bł.: 35.31 g; Sól: 7.54 g; WW: 31.59 Por; Ener. z B: 12.43 %; Ener. z W: 53.39 %; Ener. z T: 30.47 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3352.01 mg;	E: 2100.86 kcal; B: 76.74 g; T: 54.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; W: 340.79 g; W tym cukry: 102.04 g; Bł.: 29.55 g; Sól: 7.82 g; WW: 31.12 Por; Ener. z B: 14.61 %; Ener. z W: 59.26 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3506.33 mg;	E: 2706.64 kcal; B: 120.82 g; T: 87.44 g; Kw. tł. nasy.: 42.75 g; W: 377.48 g; W tym cukry: 99.77 g; Bł.: 34.55 g; Sól: 9.17 g; WW: 34.36 Por; Ener. z B: 17.85 %; Ener. z W: 50.68 %; Ener. z T: 29.07 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4122.94 mg;	E: 1838.04 kcal; B: 75.66 g; T: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; W: 262.47 g; W tym cukry: 49.85 g; Bł.: 43.64 g; Sól: 6.35 g; WW: 21.91 Por; Ener. z B: 16.47 %; Ener. z W: 47.62 %; Ener. z T: 29.32 %; Ener. z Bł.: 4.75 %; K: 3509.14 mg;	E: 2040.89 kcal; B: 76.38 g; T: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; W: 324.63 g; W tym cukry: 102.88 g; Bł.: 22.74 g; Sól: 5.29 g; WW: 30.21 Por; Ener. z B: 14.97 %; Ener. z W: 59.17 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 3314.08 mg;	E: 2029.25 kcal; B: 73.10 g; T: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; W: 321.02 g; W tym cukry: 101.43 g; Bł.: 22.76 g; Sól: 5.74 g; WW: 29.84 Por; Ener. z B: 14.41 %; Ener. z W: 58.79 %; Ener. z T: 24.78 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3174.96 mg;	E: 2219.76 kcal; B: 65.07 g; T: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.33 g; W: 355.30 g; W tym cukry: 104.15 g; Bł.: 35.27 g; Sól: 5.41 g; WW: 31.97 Por; Ener. z B: 11.73 %; Ener. z W: 57.67 %; Ener. z T: 26.67 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 3470.40 mg;	E: 1979.33 kcal; B: 56.67 g; T: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; W: 306.84 g; W tym cukry: 80.31 g; Bł.: 19.69 g; Sól: 5.21 g; WW: 28.66 Por; Ener. z B: 11.45 %; Ener. z W: 58.03 %; Ener. z T: 28.09 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2774.36 mg;	E: 1920.44 kcal; B: 76.49 g; T: 43.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; W: 320.73 g; W tym cukry: 83.59 g; Bł.: 29.55 g; Sól: 7.81 g; WW: 29.11 Por; Ener. z B: 15.93 %; Ener. z W: 60.65 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3284.33 mg;	E: 2169.31 kcal; B: 54.47 g; T: 50.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; W: 390.42 g; W tym cukry: 88.18 g; Bł.: 29.52 g; Sól: 3.79 g; WW: 36.06 Por; Ener. z B: 10.04 %; Ener. z W: 66.55 %; Ener. z T: 20.93 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3289.93 mg;
2024-02-02 piątek Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Przysmak śliwkowy do smarowania 25g 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Biszkopt b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 40 g (MLE.) Jabłko 150 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Twarożek półtłusty 60 g (MLE.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Twarożek półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> **Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
II ŚN	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w ostrońce niejadalnej 30 g (SOJ.)									
Obiad	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Kotlety sojowe 70 g (SOJ.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* (bez glutenu) 200 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB.) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 250 g Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml					
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 30 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)			Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)			

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-02-02 piątek	E: 2546.25 kcal; B: 88.46 g; T: 92.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; W: 353.93 g; W tym cukry: 99.29 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 7.70 g; WW: 32.59 Por; Ener. z B: 13.90 %; Ener. z T: 51.28 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3963.76 mg;	E: 2653.91 kcal; B: 95.24 g; T: 86.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; W: 388.58 g; W tym cukry: 117.87 g; Bł.: 28.17 g; Sól: 5.39 g; WW: 36.11 Por; Ener. z B: 14.35 %; Ener. z W: 54.32 %; Ener. z T: 29.26 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4351.10 mg;	E: 2585.36 kcal; B: 114.73 g; T: 76.95 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; W: 374.32 g; W tym cukry: 110.72 g; Bł.: 33.33 g; Sól: 8.37 g; WW: 34.18 Por; Ener. z B: 17.75 %; Ener. z W: 52.76 %; Ener. z T: 26.79 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 4124.04 mg;	E: 1773.08 kcal; B: 79.16 g; T: 82.12 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; W: 191.79 g; W tym cukry: 30.87 g; Bł.: 28.14 g; Sól: 7.00 g; WW: 16.38 Por; Ener. z B: 17.86 %; Ener. z W: 36.92 %; Ener. z T: 41.68 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3049.02 mg;	E: 2580.17 kcal; B: 96.84 g; T: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; W: 375.75 g; W tym cukry: 117.48 g; Bł.: 23.01 g; Sól: 5.00 g; WW: 35.31 Por; Ener. z B: 15.01 %; Ener. z W: 54.68 %; Ener. z T: 28.61 %; Ener. z Bł.: 1.78 %; K: 4200.60 mg;	E: 2324.31 kcal; B: 69.87 g; T: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; W: 332.87 g; W tym cukry: 101.53 g; Bł.: 24.31 g; Sól: 6.31 g; WW: 30.92 Por; Ener. z B: 12.03 %; Ener. z W: 53.10 %; Ener. z T: 32.96 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3441.96 mg;	E: 2470.63 kcal; B: 91.19 g; T: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; W: 393.78 g; W tym cukry: 118.52 g; Bł.: 35.07 g; Sól: 5.65 g; WW: 35.87 Por; Ener. z B: 14.76 %; Ener. z W: 58.07 %; Ener. z T: 23.57 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 4144.24 mg;	E: 2433.85 kcal; B: 73.32 g; T: 81.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; W: 358.36 g; W tym cukry: 114.79 g; Bł.: 19.43 g; Sól: 2.44 g; WW: 33.91 Por; Ener. z B: 12.05 %; Ener. z W: 55.70 %; Ener. z T: 30.28 %; Ener. z Bł.: 1.60 %; K: 3932.83 mg;	E: 2489.17 kcal; B: 96.80 g; T: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; W: 375.06 g; W tym cukry: 117.11 g; Bł.: 26.07 g; Sól: 4.55 g; WW: 34.91 Por; Ener. z B: 15.55 %; Ener. z W: 56.08 %; Ener. z T: 26.31 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 4335.70 mg;	E: 2039.30 kcal; B: 52.22 g; T: 48.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; W: 356.83 g; W tym cukry: 103.60 g; Bł.: 20.64 g; Sól: 5.04 g; WW: 33.64 Por; Ener. z B: 10.24 %; Ener. z W: 65.94 %; Ener. z T: 21.33 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 1972.15 mg;
2024-02-03 sobota	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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chalka 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Salata zielona 20 g Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Salata zielona 20 g Sok pomidorowy 0,3l 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 14 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 25 g (<u>SOJ, MLE, GLU OW.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
II ŚN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza bulgur 200 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 250 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza bulgur 100 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu) () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () (bez glutenu) 150 g (SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (). 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny * 200 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)					Jabłko 150 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Jabłko pieczone 150 g
2024-02-03 sobota Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
PN	Pomarańcza 150 g								Jabłko pieczone 150 g	Pomarańcza 150 g

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-02-03 sobota	E: 2124.27 kcal; B: 78.95 g; T: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; W: 313.66 g; W tym cukry: 82.50 g; Bł.: 26.93 g; Sól: 8.09 g; WW: 28.70 Por; Ener. z B: 14.87 %; Ener. z W: 53.99 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3412.81 mg;	E: 2123.27 kcal; B: 81.37 g; T: 57.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; W: 334.78 g; W tym cukry: 85.89 g; Bł.: 31.70 g; Sól: 7.08 g; WW: 30.36 Por; Ener. z B: 15.33 %; Ener. z W: 57.10 %; Ener. z T: 24.47 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3953.98 mg;	E: 2654.13 kcal; B: 108.50 g; T: 70.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; W: 413.52 g; W tym cukry: 89.81 g; Bł.: 35.46 g; Sól: 7.72 g; WW: 37.87 Por; Ener. z B: 16.35 %; Ener. z W: 56.98 %; Ener. z T: 23.99 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 4383.35 mg;	E: 1653.76 kcal; B: 70.32 g; T: 54.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.21 g; W: 234.25 g; W tym cukry: 48.04 g; Bł.: 31.88 g; Sól: 7.76 g; WW: 20.34 Por; Ener. z B: 17.01 %; Ener. z W: 48.95 %; Ener. z T: 29.69 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 3326.71 mg;	E: 2187.47 kcal; B: 80.56 g; T: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; W: 350.54 g; W tym cukry: 107.97 g; Bł.: 26.56 g; Sól: 6.70 g; WW: 32.45 Por; Ener. z B: 14.73 %; Ener. z W: 59.24 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3804.88 mg;	E: 2022.18 kcal; B: 75.59 g; T: 50.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; W: 329.32 g; W tym cukry: 101.53 g; Bł.: 26.98 g; Sól: 8.40 g; WW: 30.29 Por; Ener. z B: 14.95 %; Ener. z W: 59.81 %; Ener. z T: 22.61 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3383.94 mg;	E: 2236.16 kcal; B: 63.06 g; T: 62.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 368.73 g; W tym cukry: 111.53 g; Bł.: 35.36 g; Sól: 5.43 g; WW: 33.40 Por; Ener. z B: 11.28 %; Ener. z W: 59.63 %; Ener. z T: 24.97 %; Ener. z Bł.: 3.16 %; K: 3795.30 mg;	E: 2130.72 kcal; B: 58.51 g; T: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; W: 311.09 g; W tym cukry: 69.77 g; Bł.: 17.46 g; Sól: 4.47 g; WW: 29.44 Por; Ener. z B: 10.99 %; Ener. z W: 55.12 %; Ener. z T: 31.71 %; Ener. z Bł.: 1.64 %; K: 3192.82 mg;	E: 1976.43 kcal; B: 79.61 g; T: 44.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; W: 329.36 g; W tym cukry: 83.89 g; Bł.: 30.45 g; Sól: 6.97 g; WW: 30.00 Por; Ener. z B: 16.11 %; Ener. z W: 60.50 %; Ener. z T: 20.18 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 3704.48 mg;	E: 1958.98 kcal; B: 47.75 g; T: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 334.28 g; W tym cukry: 87.28 g; Bł.: 37.33 g; Sól: 5.96 g; WW: 29.65 Por; Ener. z B: 9.75 %; Ener. z W: 60.63 %; Ener. z T: 25.48 %; Ener. z Bł.: 3.81 %; K: 3735.15 mg;
2024-02-04 niedziela	Śniadanie Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Ser żółty 80 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 150 g	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód 25 g
II ŚN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)						

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
Obiad	Krem pomidorowy 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kotlet schabowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Krem pomidorowy 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu)* 400 ml (MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
PD	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko 150 g	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Jabłko pieczone 150 g			
2024-02-04 niedziela	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ. Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) może zawierać: JAJ, OZI, MLE, GOR, SEZ. Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g
PN	Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt									

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>**Jadłospisy z 5. tygodnia, tj. od dnia 2024-01-29 do dnia 2024-02-04 KUCHNIA STARACHOWICE**

	STAR- I Podstawowa	STAR- II Łatwo strawna	STAR- V Bogatobiałkowa	STAR- VII Cukrzycowa	STAR- Dziecięca	STAR- Dziecięca b/m	STAR- Wegetariańska	STAR- Bezglutenowa	STAR- Niskotłuszczowa	STAR- Ubogopurynowa
2024-02-04 niedziela	E: 2681.10 kcal; B: 99.65 g; T: 112.27 g; Kw. tł. nasy.: 47.03 g; W: 331.86 g; W tym cukry: 83.65 g; Bł.: 32.72 g; Sól: 7.98 g; WW: 29.96 Por; Ener. z B: 14.87 %; Ener. z W: 44.63 %; Ener. z T: 37.69 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3871.38 mg;	E: 2347.24 kcal; B: 105.58 g; T: 68.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; W: 334.25 g; W tym cukry: 75.53 g; Bł.: 26.03 g; Sól: 6.24 g; WW: 30.95 Por; Ener. z B: 17.99 %; Ener. z W: 52.52 %; Ener. z T: 26.18 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3783.87 mg;	E: 2511.53 kcal; B: 138.02 g; T: 72.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; W: 335.48 g; W tym cukry: 66.44 g; Bł.: 28.23 g; Sól: 6.81 g; WW: 30.86 Por; Ener. z B: 21.98 %; Ener. z W: 48.93 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4287.77 mg;	E: 1989.50 kcal; B: 102.35 g; T: 86.07 g; Kw. tł. nasy.: 39.25 g; W: 216.23 g; W tym cukry: 28.34 g; Bł.: 31.55 g; Sól: 7.04 g; WW: 18.51 Por; Ener. z B: 20.58 %; Ener. z W: 37.13 %; Ener. z T: 38.94 %; Ener. z Bł.: 3.17 %; K: 3088.59 mg;	E: 2178.81 kcal; B: 103.96 g; T: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; W: 322.77 g; W tym cukry: 74.28 g; Bł.: 19.22 g; Sól: 5.14 g; WW: 30.48 Por; Ener. z B: 19.09 %; Ener. z W: 55.73 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 3591.62 mg;	E: 1981.67 kcal; B: 85.88 g; T: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 305.47 g; W tym cukry: 69.65 g; Bł.: 21.86 g; Sól: 5.96 g; WW: 28.41 Por; Ener. z B: 17.33 %; Ener. z W: 57.25 %; Ener. z T: 22.16 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 3492.82 mg;	E: 2699.91 kcal; B: 86.20 g; T: 102.99 g; Kw. tł. nasy.: 56.18 g; W: 355.25 g; W tym cukry: 77.10 g; Bł.: 24.89 g; Sól: 4.84 g; WW: 33.02 Por; Ener. z B: 12.77 %; Ener. z W: 48.94 %; Ener. z T: 34.33 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 2391.29 mg;	E: 2071.97 kcal; B: 82.02 g; T: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; W: 300.72 g; W tym cukry: 49.95 g; Bł.: 12.95 g; Sól: 4.23 g; WW: 28.87 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 55.56 %; Ener. z T: 25.77 %; Ener. z Bł.: 1.25 %; K: 2933.00 mg;	E: 2185.90 kcal; B: 104.92 g; T: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; W: 316.01 g; W tym cukry: 60.93 g; Bł.: 23.03 g; Sól: 6.21 g; WW: 29.43 Por; Ener. z B: 19.20 %; Ener. z W: 53.61 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3580.87 mg;	E: 1893.46 kcal; B: 48.77 g; T: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; W: 331.25 g; W tym cukry: 58.59 g; Bł.: 26.03 g; Sól: 4.43 g; WW: 30.68 Por; Ener. z B: 10.30 %; Ener. z W: 64.48 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3076.57 mg;

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-29, poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 150 g	
	III ŚN			Jabłko 150 g		
	Obiad	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż z jabłkami. 300 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Solferino * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkami. 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-29, poniedziałek	PD	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml (MLE,)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt				
		E: 1878.33 kcal; B: 43.15 g; T: 35.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; W: 357.00 g; W tym cukry: 81.14 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 3.73 g; WW: 33.17 Por; Ener. z B: 9.19 %; Ener. z W: 70.40 %; Ener. z T: 17.13 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 2743.62 mg;	E: 1953.52 kcal; B: 73.25 g; T: 51.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; W: 309.69 g; W tym cukry: 70.54 g; Bł.: 19.36 g; Sól: 7.00 g; WW: 29.19 Por; Ener. z B: 15.00 %; Ener. z W: 59.45 %; Ener. z T: 23.59 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 3135.46 mg;	E: 1638.94 kcal; B: 66.43 g; T: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.81 g; W: 237.00 g; W tym cukry: 35.21 g; Bł.: 34.83 g; Sól: 7.68 g; WW: 20.27 Por; Ener. z B: 16.21 %; Ener. z W: 49.34 %; Ener. z T: 29.61 %; Ener. z Bł.: 4.25 %; K: 3009.40 mg;	E: 2084.34 kcal; B: 66.06 g; T: 42.29 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; W: 371.82 g; W tym cukry: 96.26 g; Bł.: 26.09 g; Sól: 5.42 g; WW: 34.69 Por; Ener. z B: 12.68 %; Ener. z W: 66.35 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 3194.50 mg;	

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-30 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 60 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Ojca Grzegorza-wędliina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 1szt. 1 szt	
	II ŚN					

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-01-30 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Pyzy ziemniaczane* 250 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Solferino (bez mleka)*() 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g (JAJ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.)		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	
PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt			

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-30 wtorek		E: 2107.56 kcal; B: 36.64 g; T: 42.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; W: 401.91 g; W tym cukry: 159.41 g; Bł.: 27.93 g; Sól: 5.55 g; WW: 37.55 Por; Ener. z B: 6.95 %; Ener. z W: 70.98 %; Ener. z T: 18.35 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3277.53 mg;	E: 2335.08 kcal; B: 84.30 g; T: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; W: 393.44 g; W tym cukry: 136.39 g; Bł.: 31.74 g; Sól: 4.57 g; WW: 36.41 Por; Ener. z B: 14.44 %; Ener. z W: 61.96 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3593.01 mg;	E: 585.95 kcal; B: 27.98 g; T: 22.05 g; Kw. tł. nasy.: 2.82 g; W: 72.14 g; W tym cukry: 11.80 g; Bł.: 10.77 g; Sól: 1.16 g; WW: 6.12 Por; Ener. z B: 19.10 %; Ener. z W: 41.90 %; Ener. z T: 33.87 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 1633.46 mg;	E: 2592.29 kcal; B: 122.52 g; T: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; W: 386.49 g; W tym cukry: 128.90 g; Bł.: 31.32 g; Sól: 6.44 g; WW: 35.70 Por; Ener. z B: 18.90 %; Ener. z W: 54.80 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4145.43 mg;	E: 135.00 kcal; B: 1.20 g; T: 0.30 g; Kw. tł. nasy.: 0.09 g; W: 29.70 g; W tym cukry: 28.50 g; Bł.: 0.00 g; Sól: 0.15 g; WW: 3.00 Por; Ener. z B: 3.56 %; Ener. z W: 88.00 %; Ener. z T: 2.00 %; Ener. z Bł.: 0.00 %; K: 0.00 mg;
2024-01-31 środa	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)		Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Kiwi 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	
II ŚN						

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
Obiad	Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Grycikowa * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy* 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
PD	Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko 150 g		Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,)	
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 100 g		Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobiona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
PN	Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt				

2024-01-31 środa

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-01-31 środa	E: 2020.76 kcal; B: 55.00 g; T: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; W: 349.85 g; W tym cukry: 114.79 g; Bł.: 25.76 g; Sól: 4.21 g; WW: 32.43 Por; Ener. z B: 10.89 %; Ener. z W: 64.15 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3931.70 mg;	E: 2176.42 kcal; B: 67.43 g; T: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; W: 333.00 g; W tym cukry: 128.20 g; Bł.: 23.73 g; Sól: 6.14 g; WW: 30.98 Por; Ener. z B: 12.39 %; Ener. z W: 56.84 %; Ener. z T: 27.97 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4047.20 mg;	E: 88.00 kcal; B: 0.60 g; T: 3.10 g; Kw. tł. nasy.: 2.80 g; W: 14.30 g; W tym cukry: 8.90 g; Bł.: 0.00 g; Sól: 0.01 g; WW: 1.40 Por; Ener. z B: 2.73 %; Ener. z W: 65.00 %; Ener. z T: 31.70 %; Ener. z Bł.: 0.00 %; K: 0.00 mg;	E: 2232.73 kcal; B: 102.49 g; T: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; W: 306.08 g; W tym cukry: 85.20 g; Bł.: 22.96 g; Sól: 7.18 g; WW: 28.31 Por; Ener. z B: 18.36 %; Ener. z W: 50.72 %; Ener. z T: 27.95 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 3721.60 mg;	
2024-02-01 czwartek	Śniadanie Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Miód 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chalka 80 g (GLU PSZ, JAJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.)	
II ŚN					

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-01 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 250 g (GLU PSZ, SEL.) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Kalafior gotowany* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-01 czwartek	E: 2142.26 kcal; B: 53.52 g; T: 49.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; W: 387.41 g; W tym cukry: 87.69 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 3.52 g; WW: 35.75 Por; Ener. z B: 9.99 %; Ener. z W: 66.82 %; Ener. z T: 20.68 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 3184.71 mg;	E: 1940.67 kcal; B: 69.71 g; T: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; W: 302.96 g; W tym cukry: 99.37 g; Bł.: 22.04 g; Sól: 7.42 g; WW: 28.07 Por; Ener. z B: 14.37 %; Ener. z W: 57.90 %; Ener. z T: 25.73 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 3130.16 mg;	E: 96.82 kcal; B: 1.76 g; T: 0.42 g; Kw. tł. nasy.: 0.26 g; W: 22.55 g; W tym cukry: 19.50 g; Bł.: 1.42 g; Sól: 0.08 g; WW: 2.11 Por; Ener. z B: 7.26 %; Ener. z W: 87.28 %; Ener. z T: 3.92 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 281.12 mg;	E: 2018.86 kcal; B: 76.54 g; T: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; W: 320.79 g; W tym cukry: 83.64 g; Bł.: 29.55 g; Sól: 7.81 g; WW: 29.12 Por; Ener. z B: 15.17 %; Ener. z W: 57.70 %; Ener. z T: 24.38 %; Ener. z Bł.: 2.93 %; K: 3286.33 mg;	
2024-02-02 piątek Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 80 g (SOJ.) Pomidor 80 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek 40 g (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,)		
Obiad	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Pyzy ziemniaczane* 250 g Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL,) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB,) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka)* 300 ml (SEL,) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ryżowa* 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Łosoś pieczony 80g 80 g (RYB,) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL,) 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	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Papryka konserwowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 14 g (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	
PN	Deser sojowy kokosowy Vegangurt Plant 100g 1 szt			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE,)	

2024-02-02 piątek

		STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-02 piątek		E: 1941.75 kcal; B: 36.61 g; T: 43.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; W: 358.72 g; W tym cukry: 100.75 g; Bł.: 20.64 g; Sól: 5.12 g; WW: 33.80 Por; Ener. z B: 7.54 %; Ener. z W: 69.64 %; Ener. z T: 20.24 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 1607.85 mg;	E: 2181.85 kcal; B: 63.97 g; T: 77.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; W: 318.34 g; W tym cukry: 100.62 g; Bł.: 21.49 g; Sól: 4.92 g; WW: 29.72 Por; Ener. z B: 11.73 %; Ener. z W: 54.42 %; Ener. z T: 32.04 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 3326.16 mg;	E: 1838.41 kcal; B: 70.32 g; T: 91.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; W: 197.62 g; W tym cukry: 31.08 g; Bł.: 26.73 g; Sól: 8.88 g; WW: 17.08 Por; Ener. z B: 15.30 %; Ener. z W: 37.18 %; Ener. z T: 44.63 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 2655.80 mg;	E: 2504.84 kcal; B: 90.47 g; T: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; W: 375.24 g; W tym cukry: 117.44 g; Bł.: 26.07 g; Sól: 4.38 g; WW: 34.97 Por; Ener. z B: 14.45 %; Ener. z W: 55.76 %; Ener. z T: 27.78 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4280.10 mg;	
	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml Salata zielona 20 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 80 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE.)	
2024-02-03 sobota	II ŚN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-03 sobota	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz warzywny* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza bulgur 100 g (GLU PSZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Ziemniaczana * () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 80 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wp- dieta () 120 g (SOJ, MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
PN	Pomarańcza 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-03 sobota	E: 1941.98 kcal; B: 47.11 g; T: 54.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; W: 333.37 g; W tym cukry: 86.79 g; Bł.: 37.33 g; Sól: 5.94 g; WW: 29.56 Por; Ener. z B: 9.70 %; Ener. z W: 60.98 %; Ener. z T: 25.15 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 3721.05 mg;	E: 2072.08 kcal; B: 76.44 g; T: 51.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; W: 342.08 g; W tym cukry: 102.17 g; Bł.: 32.14 g; Sól: 8.82 g; WW: 31.06 Por; Ener. z B: 14.76 %; Ener. z W: 59.83 %; Ener. z T: 22.32 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 3534.44 mg;	E: 1812.62 kcal; B: 72.01 g; T: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.25 g; W: 259.93 g; W tym cukry: 59.00 g; Bł.: 37.18 g; Sól: 8.11 g; WW: 22.36 Por; Ener. z B: 15.89 %; Ener. z W: 49.16 %; Ener. z T: 30.32 %; Ener. z Bł.: 4.10 %; K: 3397.81 mg;	E: 2123.27 kcal; B: 81.37 g; T: 57.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; W: 334.78 g; W tym cukry: 85.89 g; Bł.: 31.70 g; Sól: 7.08 g; WW: 30.36 Por; Ener. z B: 15.33 %; Ener. z W: 57.10 %; Ener. z T: 24.47 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3953.98 mg;	
2024-02-04 niedziela Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtusty 30 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Miód 25 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Twaróg półtusty 60 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ.)		

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna	
2024-02-04 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 70 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
	PD	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jogurt typu islandzkiego różne smaki Skyr 150g 1 szt (MLE.)		
2024-02-04 niedziela	Kolacja	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Salata zielona 20 g Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 14 g (MLE.) Szynka Królewiecka-kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g	
	PN	Mus jabłkowo- buraczany 200g OWOLOVO Siła&Moc 1 szt				

	STAR- Niskobiałkowa	STAR- Bezmleczna	STAR- Cukrzyca bezmleczna	STAR- Bogatoresztkowa	STAR- Specjalna
2024-02-04 niedziela	E: 1893.46 kcal; B: 48.77 g; T: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; W: 331.25 g; W tym cukry: 58.59 g; Bł.: 26.03 g; Sól: 4.43 g; WW: 30.68 Por; Ener. z B: 10.30 %; Ener. z W: 64.48 %; Ener. z T: 21.28 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 3076.57 mg;	E: 2205.30 kcal; B: 89.28 g; T: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; W: 328.49 g; W tym cukry: 71.14 g; Bł.: 29.03 g; Sól: 7.26 g; WW: 30.00 Por; Ener. z B: 16.19 %; Ener. z W: 54.32 %; Ener. z T: 25.81 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 3707.47 mg;	E: 1676.76 kcal; B: 74.20 g; T: 56.25 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; W: 233.19 g; W tym cukry: 38.72 g; Bł.: 35.10 g; Sól: 6.71 g; WW: 19.83 Por; Ener. z B: 17.70 %; Ener. z W: 47.25 %; Ener. z T: 30.19 %; Ener. z Bł.: 4.19 %; K: 3357.92 mg;	E: 2272.24 kcal; B: 104.98 g; T: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 32.28 g; W: 316.10 g; W tym cukry: 60.98 g; Bł.: 23.03 g; Sól: 6.23 g; WW: 29.45 Por; Ener. z B: 18.48 %; Ener. z W: 51.59 %; Ener. z T: 26.81 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3582.87 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 JEĆZ - 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,